









## محور ورودی تخت جمشید ساماندهی می‌شود



استاندار فارس در رابطه با اعتبارات محور ورودی تخت جمشید و اجرای روشنایی در امتداد آن اظهار کرد: با تأمین اعتبارات استانی و اعتبارات در سطح ملی برای تکمیل محور ورودی تخت جمشید، ما دیگر شاهد تک لبه‌ای خشن شبیانی نیستیم، بلکه با طرحی انسان‌محور و در شأن این مجموعه جهانی مواجه خواهیم بود.

به گزارش ایلام، جلسهٔ شورای اداری شهرستان مرودشت برای ساماندهی محور ورودی مجموعه جهانی تخت جمشید با حضور استاندار فارس برگزار شد. عزایت‌الله رحیمی در این جلسه گفت: تخت جمشید یک مجموعه جهانی متعلق به جامعه بشری است و موضوع محور ورودی آن، با اعتبارات مختلف در حال انجام است.

استاندار فارس از تکمیل محور ورودی تخت جمشید خبر داد و افزود: با توجه به مصوبات اخیر این شهرستان، ساماندهی یک کیلومتر اجرا شده محور ورودی تخت جمشید و همچنین آغاز عملیات عمرانی ۳ کیلومتر باقی‌مانده دیگر آن تا ورودی مجموعه میراث جهانی تخت جمشید با طراحی انسان‌محور و متناسب با فضاسازی و نمادهای این اثر جهانی در دستور کار قرار دارد که در سال جاری به انجام خواهد رسید.

مهدی آقایی، امام‌جمعه شهر مرودشت نیز در ادامه با اشاره به فرقی‌های فراوانی که در تخت جمشید وجود

## اسلام‌شناس و ایران‌شناس ایتالیایی در گذشت

یوانکا ماریا اسکارجا، نویسنده، اسلام‌شناس و ایران‌شناس ایتالیایی درگذشت.

به گزارش ایسپنا، یوانکا ماریا اسکارجا در سال ۱۹۳۸ در ایتالیا متولد شد. او استاد بازنشسته اسلام‌شناسی دانشگاه سبینزا در شهر رم و عضو هیأت تحریریه نشریه جنوئولیتیکا بود. همچنین جزو نویسندگان کتاب «تاریخ ایران کعبه‌پر یود» بود.

از آثار اسکارجا می‌توان به مقاله‌های متعدد و کتاب‌های اسازگاری اسلام، جنگ مقدس در اسلام، «جهان اسلام»، «شیعیان در جهان»، «جهان اسلام، بازوره قرن تاریخ»، «قرن وسطی، روزه‌های در اسلام»، «حقوق اسلامی مشهور است. تألیف مقاله‌های دیگر «و مذهب و سیاست» اشاره کرد.

یوانکا سال‌ها در حوزه‌های تخصصی اسلام‌شناسی در شاخه‌های اسلام سیاسی و به‌طور خاص، شیعه‌شناسی کار کرده بود و یکی از مطرح‌ترین اسلام‌شناسان ایتالیایی و همچنین یکی از اعضای برجسته‌انجمن اسلام‌شناسان رم محسوب می‌شد. او همچنین چند سال تحقیقی درباره آموزه‌های زن در ایران و جهان گذشت انجام داد. همسر یوانکا ماریا اسکارجا،

### مخالفت شدید انجمن‌های علوم اجتماعی و

### تاریخی با تصمیم غیر کارشناسی آموزش و پرورش

انجمن‌های علوم اجتماعی و تاریخی در نامه‌ای به وزیر آموزش و پرورش نسبت به استخدام دانش‌آموختگان سطح ۲ و ۳ حوزه علمیه به عنوان دبیر تاریخ و علوم اجتماعی به شدت اعتراض کردند.

در این نامه که به جمشید انصاری، معاون رئیس جمهوری و رئیس سازمان اداری و استخدامی کشور و دکتر منصور غلامی، وزیر علوم نیز رونوشت شد، آمده است:

«جناب آقای محسن حاجی میرزایی وزیر محترم آموزش و پرورش و معاون امور دانشجویان رشته‌های اعلام شده و دانش‌آموختگان رشته‌های علوم اجتماعی و تاریخ، از خبری دور از انتظار و نگران‌کننده رویرو شدنند. بر اساس مندرجات دفترچه راهنمای آزمون استخدامی کشوری که توسط سازمان سنجش و آموزش کشور منتشر شده است، برای استخدام به عنوان دبیر تاریخ و علوم اجتماعی، علاوه بر دانش‌آموختگان کارشناسی کارشناسی ارشد، این رشته‌ها، دانش‌آموختگان سطح ۳ و ۳ حوزه علمیه هم واجد شرایط اعلام شده‌اند. اتخاذ این تصمیم غیرحرفه‌ای که نشانهٔ بها ندادن به دانش‌آموختگان مجموعهٔ رشته‌های علوم اجتماعی و تاریخ و بی‌توجهی کامل به دانش و تخصص در تصدی نقش مهم معلمی در آموزش و پرورش است، نتایج بسیار زیانباری در آموزش و پرورش و جامعه خواهد داشت که به بخشی از آنها اشاره می‌شود:

هزینه محترم آموزش و پرورش و مسئولان دانشجویمان رشته‌های اعلام شده و دانش‌آموختگان حوزوی نشان از فقدان نخستین و مهم‌ترین شایستگی علمی برای آموزش این درس در دانش‌آموختگان حوزوی دارد. دانش‌آموختگان رشته‌های علوم اجتماعی و تاریخ بیش از صد واحد تخصصی و پایان‌نامه پژوهشی مرتبط با حوزه تخصصی خود می‌گذرانند؛ در حالی که چنین درس‌هایی در برنامهٔ آموزشی حوزه‌ها وجود ندارد. گویی این همه سرمایه‌گذاری و صرف وقت در دانشگاه‌ها برای آموزش دانشجویمان در درس‌ها ضرورتی نداشتند است. این تصمیم غیرکارشناسی، موجب می‌شود اهمیت رشته‌های علوم اجتماعی و تاریخی، که برای تربیت شهروندگانه و مسؤول و بهبود نظام حکمرانی بسیار با اهمیت هستند، نزد دانش‌آموزان کم شود؛ در عین حال این پیام نادرستی به آنان داده می‌شود که در نظام مدیریتی کشور، برای تصدی مسؤولیت‌های آموزشی و شاید سایر مسؤولیت‌ها، دانش تخصصی اهمیت چندانی ندارد. بر رغبت و انگیزه دانشجویمان رشته‌های علوم اجتماعی اثر منفی داشته و باعث می‌شود وظایف تحصیلی خود را جدی نگیرند. با این اقدام، فرصت‌های شغلی اندک دانش‌آموختگان این رشته‌ها که هم اکنون نیز بسیار محدود و بحرانی است، باز هم محدودتر می‌شود. علاوه بر موارد فوق، قرار گرفتن دانش‌آموختگان حوزوی در جایگاهی که دانش تخصصی آن را ندارند، از اعتبار اخلاقی و اجتماعی آنها می‌کاهد و به تعارضات غیر اصولی بین نظام حوزوی و دانشگاهی دامن می‌زند که به هیچ عنوان به نفع دو نهاد مهم علمی و آموزشی جامعه ایران نیست. به همین دلیل بسیار بعید است که حوزویان مسؤول و متعهد هم خود راضی به پذیرش نقشی باشند که دانش تخصصی آن را ندارند.

بنا به دلایل ذکر شده، انجمن‌های علوم اجتماعی و تاریخی امضاکننده این نامه، مخالفت شدید خود را با این تصمیم نسنجیده و غیرکارشناسی اعلام می‌کنند و از جنبه‌ای به عنوان وزیر آموزش و پرورش و همچنین سازمان اداری و استخدامی کشور انتظار دارند، برای احترام گذاشتن به دانش تخصصی دانشگاهی و جایگاه علوم اجتماعی و تاریخی، با جلوگیری از تعارضات غیراصولی بین نظام حوزوی و دانشگاهی و رفع نگرانی دانش‌آموختگان این رشته‌ها، دستور فرمایند هر زودتر نسبت به اصلاح آن اقدام کنند و نتیجه را به اطلاع این انجمن‌ها و آگاهی عموم برسانند.

بسا تجدید احترام و آرزوی توفیق در خدمت به آموزش و پرورش کشور

سیدحسین سراج‌زاده، رئیس انجمن جامعه‌شناسی ایران
هادی خانیکی، رئیس انجمن ایرانی مطالعات فرهنگی و ارتباطات
مهراد عربستانی، رئیس انجمن انسان‌شناسی ایران
کیومرث اشتریان، رئیس انجمن علوم سیاسی ایران
ذکراه محمدلی، رئیس انجمن ایرانی تاریخ
سید احمدرضا خضری، رئیس انجمن ایرانی تاریخ اسلام
سیدحسن موسوی چلک، رئیس انجمن ملدمداران اجتماعی ایران»

## اخ‌بار داخلی

# دوم تا پنجم مهر؛ زمان انتخاب رشته داوطلبان کنکور

نتایج اولیه آزمون سراسری سال ۱۳۹۹ بر روی سایت سازمان سنجش آموزش کشور قرار گرفت.

به گزارش ایسپنا، نتایج اولیه آزمون سایت سازمان سنجش آموزش کشور به نشانی **www.sanjesh.org** منتشر شده‌است.انتخاب رشته مجازین کنکور از روز چهارشنبه دوم مهرماه جاری آغاز می‌شود و تا روز شنبه پنجم این ماه ادامه دارد و در صورت تمام فرایند انتخاب رشته، باید شماره رسید ۱۵رقمی توسط سیستم در اختیار کاربر قرار گیرد.

بر اساس اعلام سازمان سنجش آموزش کشور، انتخاب رشته‌های پزشکی، دندانپزشکی، داروسازی و دامپزشکی دانشگاه آزاد اسلامی امسال در فرم انتخاب رشته سازمان سنجش باید درآورد شود.
در صورتی‌که در زمان ثبت‌نام، اعلام علاقه‌مندی به رشته‌های با آزمون دانشگاه پیام نور و دانشگاه‌ها و موسسات آموزش عالی غیرانتفاعی صورت نگرفته است، با پرداخت مبلغ ۱۸۶هزار ریال از طریق درگاه سازمان سنجش آموزش کشور می‌توان نسبت به رشته‌های مذکور اعلام علاقه‌مندی کرد.

در کارنامه مجاز به انتخاب رشته‌های دانشگاه‌های فرهنگیان و شهید رجایی، در این مرحله با پرداخت ۹۳هزارریال می‌توان به رشته‌های این دانشگاه‌ها از طریق درگاه سازمان سنجش ابرازعلاقه‌مندی کرد. همچنین سامانه انتخاب رشته مجازی از تاریخ دوم مهر ماه از طریق درگاه این سازمان، درگاه اصلی برای متقاضیان ثبت رشته، قابل استفاده خواهد بود و ویژه‌نامه راهنمای انتخاب رشته آزمون سراسری همزمان با انتشار دفترچه راهنمای انتخاب رشته (شماره ۲) در دسترس متقاضیان قرار می‌گیرد.بر این اساس، انتخاب رشته به پذیرش در رشته‌های با آزمون مجزا از فرایند انتخاب رشته با سوابق تحصیلی انجام می‌شود.

در گروه آزمایشی علوم تجربی هم از تیرت، سید امیر شهیار از اردبیل، رامین آزادی به تهران، محمد تیموری ماسوله از گرگان، سپهر اسامی از تهران، علوی مولایی از ارومیه، شهریار سلیمانی از گرگان، سارا احمدی از تهران، علی چیت‌ساز از

## د کتر زالی: هفته‌های سختی پیش رو داریم

هیأت‌ها علی‌رغم تأکیدات سازمان تبلیغات اسلامی برخی از شیونماها را مسودر توجه قرار ندانند و طبعیتا تجمع در محیط‌های بسته و مسقف، بدون تهویه کافی و بدون رعایت اصول بهداشتی، در انتقال ویروس تأثیر گذاشت.

همچنین بازگشایی مدارس و دانشگاه‌ها طبعیتا تعداد زیادی از افرادی که تسا امروز در منزل بودند را وارد عرصه کرد که این مسأله نیز موجب افزایش انتقال و ابتلا شد.رئیس ستاد کرونای استان تهران درباره وضعیت حمل و نقل اس عمومی، توضیح داد:

در ناگهان توبس‌رانی از نظر تجهیزات و اتوبوس‌های نو تغییر محسوسی پیدا کرده است.
با این مسأله نیز موجب افزایش انتقال و ابتلا شد.رئیس ستاد کرونای استان تهران درباره وضعیت حمل و نقل اس عمومی، توضیح داد: در ناگهان توبس‌رانی از نظر تجهیزات و اتوبوس‌های نو تغییر محسوسی پیدا کرده است.

## آخرین آمار ۲۰ کشور دارای بیشترین مبتلا به کرونا

کشور	تعداد کل مبتلایان	تعداد کل مرگ و میرها	تعداد کل مبتلایان در هر میلیون	جمعیت
۱	۶۹۷۰۰۰۲۲	۲۰۳۸۳۳	۲۱۰۳۹	۳۳۱۳۲۰۳۷
۲	۵۴۱۷۳۴۷	۸۶۹۰۹	۳۹۱۷	۱۳۸۲۹۲۷۰۰
۳	۴۵۳۳۳۷	۱۳۶۵۵۰	۱۳۱۷۱	۱۳۱۸۹۲۰۰۰
۴	۱۱۰۳۳۹۹	۱۹۴۱۸	۷۵۶۰	۱۵۴۹۸۲۲۱
۵	۷۶۳۸۶۵	۳۱۳۶۹	۳۳۰۶۷	۳۳۰۷۱۵۵۰
۶	۷۵۳۴۹۸	۲۳۳۵۸	۱۴۸۷۰	۵۱۰۰۱۴۲۴
۷	۶۹۶۲۱۱	۳۳۰۲۹	۵۷۷۱	۱۹۲۹۲۸۰۰۸
۸	۶۵۹۶۵۶	۱۵۹۲۰	۱۱۰۹۲	۵۹۲۷۱۴۵۵
۹	۶۵۹۳۴۴	۳۰۴۹۵	۱۱۲۰۱	۴۶۷۵۵۱۱۸
۱۰	۶۲۶۲۴۷	۱۲۹۰۹	۱۳۷۵۵	۴۵۲۸۶۶۳۸
۱۱	۶۲۲۶۲۷	۱۲۵۵۲	۳۳۱۱۸	۱۹۱۵۲۱۱۸۰
۱۲	۴۴۲۱۹۴	۳۱۲۷۴	۶۷۷۱	۶۵۳۰۵۶۱۹
۱۳	۴۴۲۱۲۰	۲۳۳۰۱	۵۰۱۲۲	۸۲۲۶۸۶۳۳
۱۴	۳۹۲۵۵۷	۴۱۷۷۷	۵۸۰۱	۷۹۶۹۶۸۱۱
۱۵	۳۴۸۹۱۰	۲۹۹۲۹	۲۱۱۲۴	۱۶۵۰۵۸۰۰۰
۱۶	۳۳۹۷۵۴	۴۴۸۵	۹۴۴۰	۳۳۹۲۱۱۲۲
۱۷	۳۱۹۰۴۵	۸۵۵۵	۷۸۹۴۰	۴۰۲۱۳۳۶۶
۱۸	۳۰۵۷۹۱	۶۴۱۶۱	۱۳۷۸	۲۲۱۸۱۳۲۹۳
۱۹	۳۰۱۳۴۸	۴۴۴۵	۳۵۶۵	۸۵۳۷۳۷۲۳
۲۰	۲۹۸۱۵۶	۳۵۷۰۷	۴۹۳۳	۶۰۲۴۲۱۲۲

## اخ‌بار داخلی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی

سید حسن روحانی



## همتی: به زودی شاهد گشایش های ارزى و بهبود صادرات نفت خواهیم بود

جنگ روانی آمریکا علیه اقتصاد ایران بی اثر است و بزودی شاهد گشایش های ارزى و بهبود صادرات نفت خواهیم بود.

ابن مطلب دادکتر عبدالناصر همتی رئیس کل بانک مرکزی در جلسه دوازدهامی مجلس با مدیران عامل بانکها اعلام کرد و با اشاره به تلاش‌های آمریکا برای جنگ روانی و فشار علیه ایران گفت: در حوزه بین‌المللی راپزینی‌های ازری ما به بعضی کشورها در آستانه نمردهی بوده و از طرف دیگر میزان صادرات نفت و فرآورده‌های آن بهتر و روند بازگشت ارز صادراتی‌نگان سرعت گرفته است. به گزارش روابط عمومی بانکمرکزی، وی ضمن تقدیر از عملکرد شبکه بانکی در بخش کنترل نقدینگی، بازار بین بانکی، پرداخت تسهیلات مبارزه با کرونا، قرض‌الحسنه ازدواج جوانان و خصوصاً بخش‌های پیشران و صنایع کوچک و متوسط، بر لزوم تدویم انسجام در همه ارکان اقتصادی کشور برای مواجهه موفقیت‌آمیز با شرایط چالش‌برانگیز اقتصادی تأکید کرد.

رئیس کل بانک مرکزی گفت: عملکرد بانک‌ها طی چند سال گذشته قابل قبول و سازنده بوده است، این درحالی است که تحت تأثیر عوامل خارج از

اراده آنها همواره با مشکلاتی هم دست به گریبان بوده‌اند. وی از مدیران‌عامل بانک‌ها خواست اقدامات مثبت نظام بانکی را هرچه بیشتر برای مردم تبیین کنند و در ادامه به وضعیت نرخ ارز در روزهای اخیر اشاره کرد و افزود: آمریکا تمام تلاش خود را در این روزها به خرج داده است و نهایت جنگ روانی و فشار آنها همین شرایطی است که این روزها شاهد هستیم.

همتی ضمن اشاره به اخبار ناشی از گشایش‌های ارزى گفت: در حوزه بین‌المللی راپزینی‌های ما در بعضی کشورها در آستانه نمردهی است و از طرف دیگر میزان صادرات نفت و فرآورده‌های آن بهتر و روند بازگشت ارز صادراتی‌نگان سرعت گرفته که هر سه این عوامل تأثیرات مثبتی خواهند داشت.

وی با اشاره به اینکه بر همین مبنا از بانک‌ها هم می‌خواهیم به انتقال و دسترس قرار دادن منابع ارزى برای زیادهای تعریف شده ادامه دهند، تأکید کرد: آنچه نظام بانکی در شرایط مبارزه با کرونا انجام داد یک اقدام تحسین‌برانگیز بود که توانستند در همان ابتدای شیوع کوید ۲۰۲۰ هزار میلیارد ریال تسهیلات را در اختیار کارخان‌های پارتانه‌های قرار دهند و همین امر قدرانی‌تر زمین جمهوری را به دنبال داشت.

رئیس کل بانک مرکزی ضمن تأکید داشتن بانک‌ها از رشد بی‌محابای ترانزانه افزایش بانک‌ها باید به‌گونه‌ای عمل کنند که رشد ترانزانه‌شان را متناسب با وضعیت ترانزانه و ریسک بانک تنظیم کنند و به بانک مرکزی برای کنترل نقدینگی کمک کنند.

وی بر لزوم توجه بیشتر شبکه بانکی به طرح گواهی اعتبار مولد (گام) تأکید کرد و افزود: این طرح از جمله طرح‌هایی است که متناسب با شعار سال و جشن تولد ملی می‌تواند از واحدهای تولیدی کوچک و متوسط حمایت‌های جدی کند و بر همین اساس ضرورت دارد بانک‌ها بیش از گذشته به آن بپردازند. همتی همچنین گفت: شرایط پیوستن بانک‌های خصوصی به طرح گام را به زودی فراهم می‌کنیم.

### این صنعت: انسجام اوپک موجب ثبات بازار نفت می‌شود

شدن صنایع نفت کشورهایشان تأثیر بیشتری گذاشت.

وی در خصوص مهم‌ترین نقاط عطف اوپک گفت: تشکیل و تأسیس اوپک با هدف تأمین منابع کشورهای عضو و صنعت نفت در آن زمان به‌همین نقطه عطف تاریخ سازمان است. مطابق ماده ۳ از اساسنامه اوپک، هدف اصلی این سازمان هماهنگی و یکپارچه‌سازی سیاست‌های نفتی کشورهای عضو و تعیین بهترین روش برای حفاظت از منابع آن‌ها به‌صورت فردی و جمعی است. به‌طور کلی فلسفه تأسیس اوپک حمایت از اعضای آن و حفظ ثبات بازار است، بنابراین مهم‌ترین نقطه عطف اوپک درک مشترک کشورهای عضو از تحولات بازار نفت و ضرورت اتخاذ تدابیر لازم برای تحقق اهداف مندرج در اساسنامه اوپک است. اهمیت این تفاهم مشترک به حدی است که کشورهای عضو اوپک با وجود اختلاف شدید سیاسی در بعضی از مقاطع زمانی، همیشه برای دستیابی به هدف مشترک ثبات بازار و به دنبال آن انسجام اوپک همیشه ثبات بیشتر بازار جهانی نفت را به یسین مطلب را مهندس ییزن نامدار ژنکته وزیر نفت در گفتگو با نشریه اینو اعلام کرد و با اشاره به ملی شدن صنعت نفت در ایران از سوی دولت دکتر مصدق افزود: اگرچه این تحول مهم تاریخی تحت تأثیر کودتای ۱۹۵۳ میلادی رخ گرفت، اما نقش مقابل‌ه با سلطه شرکت‌های نفتی و تلاش‌های آن‌ها انجام‌شده برای دستیابی به استقلال صنعت نفت زمینه همکاری میان کشورهای نفتی و تلاش‌های شرکت‌های نفتی و تلاش‌های آن‌ها انجام‌شده برای دستیابی به استقلال صنعت نفت زمینه همکاری میان کشورهای نفتی و تلاش‌های شرکت‌های نفتی و تلاش‌های آن‌ها انجام‌شده برای دستیابی به استقلال صنعت نفت ایران الهام گرفتند و این مسئله بر اقتصاد و رویکرد ملی

## دکتر زاکانی: هفته‌های سختی پیش‌رو داریم

بقیه از صفحه ۲

همچنین ۱۳۹۸ فقر از بیماران مبتلا به کووید۱۹ در وضعیت شدید این بیماری تحت مراقبت قرار دارند.لاری برای استان‌های تهران، اصفهان، قم، آذربایجان، شرقی، خراسان جنوبی، سمنان، قزوین، اردبیل، خوزستان، گیلان، گلستان، گیلان، بوشهر، زنجان، ایلام، خراسان رضوی، مازندران، البرز، آذربایجان غربی، مرکزی، کرمان، خراسان شمالی، همدان و یزد، وضعیت قزمزو وی استان‌های گیلکولیه و بوشهر، چهارمحال و بختیاری، مازندران، فارس و گلستان وضعیت هشدار، بیماری اعلام کرد.سرحدگوزی وزارت بهداشت ادامه داد: بر اساس گزارشات دریافتی از هفته گذشته شاهد افزایش بروز بستری مرده مثبت و بروز مرگ و میر در کشور نسبت به هفته سوم شهریورماه بوده‌ام. بیشتر میزان بروز بستری مرده مثبت در هفته چهارم شهریور در استان قم و کمترین میزان بروز در استان‌های سیستان و بلوچستان و فارس گزارش شده است.

همچنین بیشترین میزان بروز مرگ و میر در هفته چهارم شهریور به ترتیب در استان‌های قم و چهار محال و بختیاری و اصفهان و کمترین میزان بروز مراد مرگ در استان‌های خراسان جنوبی و خراسان و سیستان و بلوچستان رخ داده است.لاری تأکید کرد: همه‌گیری این ویروس در کشور همچنان روبه افزایش است و اغلب ستان‌های کشور در وضعیت قرمز قرار دارند. تقاضای ما از تمامی هموطنان این ست است که با رعایت توصیه‌های بهداشتی و خودداری از حضور در جمع‌ات غیر ضروری برای مهار این بیماری کمک کنند.

**احتمال تشدید کرونا در سرما**
دکتر علی ماهر معاون برنامه‌ریزی ستاد مقابله با کرونای کلاشهر تهران ضمن تشریح احتمالاتی که ممکن است در زمینه کرونا در آفتابزار و پاییز اتفاق افتد، گفت: مهم‌ترین چالش حوزه درمان در پاییز فرسودگی نیروی انسانی کشور است و شیوع آفتولار است.دزی درباره میزان پایان کرونا، اعلام کرد: هیچ‌کس نمی‌داند اپیدمی کووید۱۹ چقدر طول می‌کشد. با توجه به اینکه مردم کمابیش دارند بیماری می‌شوند و این مقدار افزایش می‌دهد. اما از طرفی ما می‌توانیم آنتی بادی بیماری چقدر در بدن عمر مفید دارد و ابتدای مجلد در چند درصد افراد رخ می‌دهد.نمی‌دانیم این اپیدمی تا چه زمانی وجود خواهد داشت. اگر مانند آفتولار آنتی‌بادی به سرعت کاهش یابد، افراد بارها به بیماری مبتلا می‌شوند و ایمنی گدای اتفاق نمی‌افتد و همیشه در معرض این بیماری خواهیم بود.

**برند جایزه مصطفی**
دکتر رسول دیناروند رئیس گروه علم و فناوری زیستی و پزشکی جایزه مصطفی پیش‌بینی کرد: اگر شامین، برنده جایزه مصطفی که در پروسه تولید واکسن کرونا گام برداشته تا نیمه تکمیل تأییدیه‌های واکسن را اخذ کند. وی در سومین نشست ترویج علم بنیاد مصطفی (ص) با موضوع آخرین دستاوردهای حوزه واکسن کرونا گفت: ساخت واکسن چندین استراتژی بیشتر ندارد و یکی از این استراتژی‌ها زیرساخت است.دیناروند درباره واکسن روسیه برای پیشگیری از ویروس کرونا توضیح داد:این واکسن هم اکنون تأییدیه‌های اورژانسی را اخذ کرده است.همچنین دو شرکت چینی هم توانسته‌اند با همین استراتژی، تأییدیه‌ها را دریافت کنند.دیناروند درباره واکسن روسی کرونا گفت: این واکسن، مرحله سوم یعنی مرحله اثرگذاری را طی نکرده است؛ از طرف دیگر واکسن چینی هم فاز سه را طی نکرده و اکنون در شرایط فوریتی برای جمعیت خاصی استفاده می‌شود؛ وی افزود: اگر شامین؛ برگرزنده جایزه مصطفی در سال ۲۰۱۹ و از محققان برجسته‌ای است که خوشبختانه اکنون وارد پروسه تحقیقات تولید واکسن کرونا شده است و با دارد با چندین شرکت این واکسن را به نتیجه برساند.

## بخورود با شرکت های حمل و نقل ناقض محدودیت های کرونا

وزارت راه و شهرسازی با شرکت های ناقض محدودیت های کرونا و متخلفان در این حوزه برخورد قاطع می کند. این مطلب در نهمین شسورای هماهنگی حمل و نقل و لجستیک به ریاست وزیر راه و شهرسازی اعلام شد.به گزارش خبرنگارگام، در این نشست وضعیت حمل و نقل مسافر و بار و اقدامات انجام شده در اجرای مصوبات کمیته حمل و نقل ستاد ملی کرونا، جلویگزی از شیوعی بیماری کرونا تمامی خدمات عمومی در حوزه های مدیریت،خدمات حمل و نقل و امور ترافیک،مدیریت حمل و نقل و امور ترافیک و شهرسازی پس از بررسی گزارش

## رشد جمعیت تهران به حدی افزایش یافته که منابع آبی موجود در اطراف پایتخت کفاف تأمین مصارف این کلانشهر را نمی دهد.

دکتر رضا اردکانیان وزیر نیرو با هشدار نسبت به تداوم رشد مصرف آب در پایتخت به تسنیم گفت: وقتی جایی مثل تهران، تکثیر تأمین آب در شرب‌اش به ته دیگ بخورد و یک جمعیتی چند میلیون مستقر باشند، نمی توان این جمعیت را کوچ داد، پس باید با آب موجود زندگی را اداره کرد؛ لذا باید روی روش های مناسب تر مصرف تمرکز کرد.

وی ادامه داد: موضوع افزایش جمعیت تهران تحت تأثیر عوامل مختلفی است که در اقتصاد ما خوشان را نشان می دهند و در این خصوص از آن چیزی که به دولت، کارگزاران دولت و سازوکارهای آن برمی گردد، تصمیماتی است که در زمان‌های مختلف گرفته شده است.اردکانیان افزود: زمانی که در سال های دور در وزارت کشور بودم، در جلسات شورای عالی شهرسازی و معماری شرکت می کردم؛ در آن زمان مجموعه شهری تهران مطرح بود و همه سعی داشتند که با تعیین یک سقف جمعیتی که شهر تهران و بخش عمده‌ای از استان تهران را دربرمی گرفت، از مشکلات آتی این شهر جلوگیری کنند؛ یک سقف جمعیتی که چیزی حدود ۷/۵ میلیون نفر بود که تحت هیچ شرایطی جمعیت تهران از این سقف تجاوز نکند و اگر تجاوز کند، تأمین آب شرب این شهر با سختی ها و مشکلاتی مواجه می‌شود.

وی تصریح کرد: متأسفانه آن سقف جمعیتی پشت سر گذاشته شده و جمعیت خیلی بیشتر شده است؛از این رو سعی و تلاش می شود که این موضوع کنترل شود، اما جاذبیت های تهران و جذب جمعیت، مسئله چند وجهی است.

وزیر نیرو ادامه داد: آنچه در وزارت نیرو به ما مربوط می‌شود، رعایت مقررات است و با توجه به اینکه تهران هیچ منبع جدید دیگری در حوضه آبریز برای تأمین آب ندارد، توجه و تمرکز بیشتر به اصلاح مصرف است.

وی با بیان اینکه «اصلاح مصرف یا مصرف بهینه آب موجود یک سرفصل مهم برای تهران است» گفت: یکی سرفصل، پخش‌های متعددی را در برمی‌گیرد که این بحث استفاده از پساب‌های تصفیه شده یا مصارفی است که می‌توان از پساب تصفیه شده استفاده کرد و در عوض، آب باقی‌بست قابل شُرب را صرفاً برای آب شرب نگه داشت.



حاکمتر رساندن منافع خود دور هم جمع شدند و سرانجام درباره هر موردی به اجماع رسیدند.

وزیرر نفت ایران درباره اثرگذاری اوپک در قامت یک سهم‌زنی بین‌المللی تولید گاز اعلامیه مهم‌ترین نقطه عطف اوپک درک مشترک کشورهای عضو از تحولات بازار نفت و ضرورت اتخاذ تدابیر لازم برای تحقق اهداف مندرج در اساسنامه اوپک است. اهمیت این تفاهم مشترک به حدی است که کشورهای عضو اوپک با وجود اختلاف شدید سیاسی در بعضی از مقاطع زمانی، همیشه برای دستیابی به هدف مشترک ثبات بازار و به دنبال آن انسجام اوپک همیشه ثبات بیشتر بازار جهانی نفت را به یسین مطلب را مهندس ییزن نامدار ژنکته وزیر نفت در گفتگو با نشریه اینو اعلام کرد و با اشاره به ملی شدن صنعت نفت در ایران از سوی دولت دکتر مصدق افزود: اگرچه این تحول مهم تاریخی تحت تأثیر کودتای ۱۹۵۳ میلادی رخ گرفت، اما نقش مقابل‌ه با سلطه شرکت‌های نفتی و تلاش‌های آن‌ها انجام‌شده برای دستیابی به استقلال صنعت نفت زمینه همکاری میان کشورهای نفتی و تلاش‌های شرکت‌های نفتی و تلاش‌های آن‌ها انجام‌شده برای دستیابی به استقلال صنعت نفت ایران الهام گرفتند و این مسئله بر اقتصاد و رویکرد ملی

شدن صنایع نفت کشورهایشان تأثیر بیشتری گذاشت.

وی در خصوص مهم‌ترین نقاط عطف اوپک گفت: تشکیل و تأسیس اوپک با هدف تأمین منابع کشورهای عضو و صنعت نفت در آن زمان به‌همین نقطه عطف تاریخ سازمان است. مطابق ماده ۳ از اساسنامه اوپک، هدف اصلی این سازمان هماهنگی و یکپارچه‌سازی سیاست‌های نفتی کشورهای عضو و تعیین بهترین روش برای حفاظت از منابع آن‌ها به‌صورت فردی و جمعی است.

به‌طور کلی فلسفه تأسیس اوپک حمایت از اعضای آن و حفظ ثبات بازار است، بنابراین مهم‌ترین نقطه عطف اوپک درک مشترک کشورهای عضو از تحولات بازار نفت و ضرورت اتخاذ تدابیر لازم برای تحقق اهداف مندرج در اساسنامه اوپک است. اهمیت این تفاهم مشترک به حدی است که کشورهای عضو اوپک با وجود اختلاف شدید سیاسی در بعضی از مقاطع زمانی، همیشه برای دستیابی به هدف مشترک ثبات بازار و به دنبال آن انسجام اوپک همیشه ثبات بیشتر بازار جهانی نفت را به یسین مطلب را مهندس ییزن نامدار ژنکته وزیر نفت در گفتگو با نشریه اینو اعلام کرد و با اشاره به ملی شدن صنعت نفت در ایران از سوی دولت دکتر مصدق افزود: اگرچه این تحول مهم تاریخی تحت تأثیر کودتای ۱۹۵۳ میلادی رخ گرفت، اما نقش مقابل‌ه با سلطه شرکت‌های نفتی و تلاش‌های آن‌ها انجام‌شده برای دستیابی به استقلال صنعت نفت زمینه همکاری میان کشورهای نفتی و تلاش‌های شرکت‌های نفتی و تلاش‌های آن‌ها انجام‌شده برای دستیابی به استقلال صنعت نفت ایران الهام گرفتند و این مسئله بر اقتصاد و رویکرد ملی

بهره‌برداران صادره در این مدت ۴۱ هزار و ۵۸۸ مورد بوده که نشان از افزایش ۳۷درصدی این شاخص نسبت به مدت مشابه سال قبل دارد.در این گزارش تعداد جوازهای تأسیس صادره در پنج ماهه اول اسال ۱۳۹۸ برابر ۹۰۶ فقره اعلام شده که رشد ۴۰/۳ درصدی را نشان می‌دهد. پیش‌بینی سرمایه‌گذاری جوازهای تأسیس صادره ۱۳۹۸/۶ هزار میلیارد ریال بوده است که می‌تواند زمینه اشتغال ۲۲۹ هزار و ۲۷۱ نفر را فراهم کند.

بر اساس این گزارش، میزان رشد سرمایه‌گذاری جوازهای تأسیس صادره در پنج ماهه اول اسال ۱۳۹۵ و درمصد و همچنین افزایش بیش‌ترین اشتغال این بخش ۲۹۴/۲ درصد بوده است.طبق گزارش اعلام شده از سوی معاونت طرح و برنامه وزارت صنعت، معدن و تجارت، در ۵ ماهه اول اسال تعداد ۲۳۸ هزار فقره جواز صنفی صادر شده است که نسبت به مدت مشابه سال قبل رشد

سرورس سیاسی – اجتماعی: مرحله نهایی دومین بزرگترین رویداد سراسری تولید محتوای دیجیتال سیج در تهران برگزار می‌شود. به گزارش خبرنگار گام، مسج معین مسئول سازمان فضای مجازی سیستم دیزروز در جمع خبرنگاران با اعلام این مطلب، به بیان چگونگی برگزایی این رویداد علمی و فرهنگی در دو سال گذشته پرداخت. وی با اشاره به دو امروزه بستر فضای مجازی در مباحث مختلف تبدیل به فضاهای برای بیان نظرات و دیدگاه‌ها و ارتباطات اجتماعی و تعاملات اقتصادی و تجاری و تبادلات رسانه‌ای شده است، گفت: امروزه دهن‌نگار گاه ارتباطات اجتماعی، سیاسی و فرهنگی در فضای مجازی شکل می‌گیرد. مسئول سازمان فضای سیج افزود: در روزهای اجتماعی با خدمات و سرویس‌هایی که در فضای مجازی ارائه می‌شود، بخش دیگری از حوزه تولیدات تخصصی است که لامه‌ای فضای مجازی در آن تعریف می‌شود، مثل انواع انجینین‌ها، سرگرمی‌ها و ... که

## امضا ۱۳ قرارداد پژوهشی از دیاد برداشت نفت با دانشگاه‌ها

۱۳ قرارداد کلان پژوهشی در حوزه ازدیاد برداشت میدان‌های نفتی امروز میان شرکت ملی نفت و ۱۳ دانشگاه و مرکز تحقیقاتی کشور امضا می‌شود. این قراردادهای پژوهشی با هدف مطالعه فناوریانه و بررسی راهکارهای ازدیاد برداشت نفت با حضور وزیران نفت و علوم و فناوری‌های نفت و ۱۲ دانشگاه و یک مرکز تحقیقاتی امضا خواهد شد. این قراردادها در ادامه مسیر طرح مطالعه و توسعه فناوریانه میدان‌های نفتی در سال ۱۳۹۴ با امضای ۹ قرارداد کلان پژوهشی کشور، امضا می‌شود. به این ترتیب، حضور دانشگاه‌ها و مراکز تحقیقاتی به‌عنوان بازوی علمی و

اردکانیان افزود: اخیراً ما توانستیم بعد از یک کار دامن‌دار با همکاریان در شهرداری تهران تفاهمی را نهایی کنیم که در این تفاهم قرار بر این است که از امسال تا حدود ۱۰ سال آینده با احداث و رانداریات متناوب تصفیه‌خانه‌های فاضلاب در مقیاس‌های نسبتاً کوچک در نقاط مختلف تهران بتوانیم حجم قابل توجهی آب مورد نیاز آبیاری فضای سبز تهران را در جای استفاده از منابع زیرزمینی از پساب تصفیه شده بهره بگیریم.



وی در تشریح بیشتر این تفاهنامه اذعان داشت: بدین صورت هم آب زیرزمینی که برداشت می‌شد، فرونشست زمین تأثیرگذار است و هم این فاضلابی که تزریق به زمین می‌شود را با فناوری موجود جمع‌آوری و تصفیه می‌کنیم و با استفاده از آن، تغذیه به سفره‌ها را جبران کرده و آب باقی‌بست هم به عنوان ظرفیتهای استفاده از تجهیزات است که نیاز کرده را در مصرف آب این مقام مسئول ادامه داد: پروژه ده دوم، کاهش هدررفت آب در شبکه توزیع تهران است؛ از سال ۸۸ که میزان هدررفت آب شُرب در تهران نزدیک به ۳۰ درصد بوده، با اجرای پروژه‌های متعدد و متنوع، به سال این هدررفت کاهش یافته و در سال گذشته به ۲۲ درصد رسیده است که از این رقم ۱۰ درصد هدررفت فیزیکی یا واقعی ناشی از فرسودگی شبکه و ... است.

## وزیر نیرو: تهران سقف مصرف منابع آبی را پشت سر گذاشته است

توسعه کشورهایشان راهی جز نفت ندارد. وزیر درباریه اهمیت ادامه فعالیت اوپک گفت:هم‌رین اهمیت اوپک در آینه‌ای ارتقای بیشتر همکاری و هماهنگی در داخل اوپک خواهد بود. با نگاهی به تاریخ درخشان واحد و استقلال سازمان، بنیان لازم را برای گسترش همکاری با تولیدکنندگان غیراوپک در چارچوب توافقنامه همکاری فراهم کرده‌اند. با توجه تلاش‌های جمعی برای ایجاد ثبات در بازار جهانی نفت، اوپک در اقدامات مختلف تاریخی با احکالت و تقاهم بعضی از مصرف‌کنندگان عمده رویبرو شده است.

ژنکته گفت: برای نمونه، هر زمانی که افزایش قیمت رویبرو شدید، اوپک به کارل و بدل و هر زمانی که افزایش کاهش یافت، اوپک به قیمت عرضه نفت برای تأثیرگذاری بر قیمت‌ها متهم شده است. در این راستا، اصول حقوق بین‌الملل هیچ حمایت یا حفاظتی از اوپک با اعضای آن نمی‌کند و بیشتر کشورهای عضو اوپک برای ثبات پایدار در بازار جهانی نفت حفاظت از ثُروت ملی خود و

## افزایش سرمایه گذاری صنعتی در ۵ ماهه امسال

میزان سرمایه‌گذاری پروژه‌های بهره‌بردار صادره در کشور از ابتدای امسال تا پایان مرداد در مقایسه با مدت مشابه سال قبل ۶۹/۹ درصد افزایش داشته و همچنین تعداد جوازهای تأسیس صادره هم رشد ۴۰/۳ درصدی را ثبت کرده است. به گزارش روابط عمومی وزارت صنعت، معدن و تجارت، میزان سرمایه‌گذاری پروژه‌های بهره‌بردار صادره در ۵ ماهه اول ۹۹ بالغ بر ۳۳۶/۱ میلیارد ریال بوده است که در مقایسه با سال گذشته افزایش ۶۹/۹ درصدی در این بخش را نشان می‌دهد. همچنین میزان اشتغال ثبت ششده پروژه‌های بهره‌برداران صادره در این مدت ۴۱ هزار و ۵۸۸ مورد بوده که نشان از افزایش ۳۷درصدی این شاخص نسبت به مدت مشابه سال قبل دارد.در این گزارش تعداد جوازهای تأسیس صادره در پنج ماهه اول اسال ۱۳۹۸ برابر ۹۰۶ فقره اعلام شده که رشد ۴۰/۳ درصدی را نشان می‌دهد.

پیش‌بینی سرمایه‌گذاری جوازهای تأسیس صادره ۱۳۹۸/۶ هزار میلیارد ریال بوده است که می‌تواند زمینه اشتغال ۲۲۹ هزار و ۲۷۱ نفر را فراهم کند. بر اساس این گزارش، میزان رشد سرمایه‌گذاری جوازهای تأسیس صادره در پنج ماهه اول اسال ۱۳۹۵ و درمصد و همچنین افزایش بیش‌ترین اشتغال این بخش ۲۹۴/۲ درصد بوده است.طبق گزارش اعلام شده از سوی معاونت طرح و برنامه وزارت صنعت، معدن و تجارت، در ۵ ماهه اول اسال تعداد ۲۳۸ هزار فقره جواز صنفی صادر شده است که نسبت به مدت مشابه سال قبل رشد

## مرحله نهایی دومین رویداد سراسری تولید محتوای دیجیتال سیج در تهران برگزار می‌شود

سرورس سیاسی – اجتماعی: مرحله نهایی دومین بزرگترین رویداد سراسری تولید محتوای دیجیتال سیج در تهران برگزار می‌شود. به گزارش خبرنگار گام، مسج معین مسئول سازمان فضای مجازی سیستم دیزروز در جمع خبرنگاران با اعلام این مطلب، به بیان چگونگی برگزایی این رویداد علمی و فرهنگی در دو سال گذشته پرداخت. وی با اشاره به دو امروزه بستر فضای مجازی در مباحث مختلف تبدیل به فضاهای برای بیان نظرات و دیدگاه‌ها و ارتباطات اجتماعی و تعاملات اقتصادی و تجاری و تبادلات رسانه‌ای شده است، گفت: امروزه دهن‌نگار گاه ارتباطات اجتماعی، سیاسی و فرهنگی در فضای مجازی شکل می‌گیرد. مسئول سازمان فضای سیج افزود: در روزهای اجتماعی با خدمات و سرویس‌هایی که در فضای مجازی ارائه می‌شود، بخش دیگری از حوزه تولیدات تخصصی است که لامه‌ای فضای مجازی در آن تعریف می‌شود، مثل انواع انجینین‌ها، سرگرمی‌ها و ... که

اردکانیان افزود: اخیراً ما توانستیم بعد از یک کار دامن‌دار با همکاریان در شهرداری تهران تفاهمی را نهایی کنیم که در این تفاهم قرار بر این است که از امسال تا حدود ۱۰ سال آینده با احداث و رانداریات متناوب تصفیه‌خانه‌های فاضلاب در مقیاس‌های نسبتاً کوچک در نقاط مختلف تهران بتوانیم حجم قابل توجهی آب مورد نیاز آبیاری فضای سبز تهران را در جای استفاده از منابع زیرزمینی از پساب تصفیه شده بهره بگیریم.

وی در تشریح بیشتر این تفاهنامه اذعان داشت: بدین صورت هم آب زیرزمینی که برداشت می‌شد، فرونشست زمین تأثیرگذار است و هم این فاضلابی که تزریق به زمین می‌شود را با فناوری موجود جمع‌آوری و تصفیه می‌کنیم و با استفاده از آن، تغذیه به سفره‌ها را جبران کرده و آب باقی‌بست هم به عنوان ظرفیتهای استفاده از تجهیزات است که نیاز کرده را در مصرف آب این مقام مسئول ادامه داد: پروژه ده دوم، کاهش هدررفت آب در شبکه توزیع تهران است؛ از سال ۸۸ که میزان هدررفت آب شُرب در تهران نزدیک به ۳۰ درصد بوده، با اجرای پروژه‌های متعدد و متنوع، به سال این هدررفت کاهش یافته و در سال گذشته به ۲۲ درصد رسیده است که از این رقم ۱۰ درصد هدررفت فیزیکی یا واقعی ناشی از فرسودگی شبکه و ... است.

وی تصریح کرد: موضوع هدررفت آب شُرب در شبکه‌های توزیع شهری یک مسئله همه‌جایی است اما درصدها متفاوت است؛ با سرمایه‌گذاری روی این بخش، هدررفت را کاهش می‌دهند تا جایی که توجه اقتصادی دارد و از جایی به بعد ممکن است توجهی اقتصادی نداشته باشد که از حدی کمتر شود، یعنی برای اصلاح صرفی که باید در شبکه موجود بگردد و تجهیزاتی که ضرورتی ندارد برای سرمایه‌گذاری آن افزایش می‌یابد که



در مقایسه با میزان آبی که به زمین نفوذ کند و در لوله باقی بماند، توجهی اقتصادی نخواهد داشت. وزیرر نیرو افزود: ما اکنون نقاطی داریم در پایتخت‌های کشورهای اروپایی که هدررفت‌های بسیار بالایی دارند و حتی تا ۵۰ درصد آب شُرب در شبکه توزیع آنها هدر می‌رود؛وی با بیان اینکه «مورد دیگری که در مدیریت مصرف در تهران می‌تواند قابل تأثیر باشد، استفاده از تجهیزات است که نیاز کرده را در مصرف آب این مقام مسئول ادامه داد: پروژه ده دوم، کاهش هدررفت آب در شبکه توزیع تهران است؛ از سال ۸۸ که میزان هدررفت آب شُرب در تهران نزدیک به ۳۰ درصد بوده، با اجرای پروژه‌های متعدد و متنوع، به سال این هدررفت کاهش یافته و در سال گذشته به ۲۲ درصد رسیده است که از این رقم ۱۰ درصد هدررفت فیزیکی یا واقعی ناشی از فرسودگی شبکه و ... است.

## پله‌وران و مرزنشینان ۱/۴ میلیارد یورو تعهد ارزی معوق دارند

بیش از ۷ میلیون نفر در سراسر کشور از فعالیت‌های تجاری مرزنشینان و پله‌وری‌ها امر معاش می‌کنند، ولی ۱/۴ میلیارد دلار از تعهدات معوق ارزی مربوط به

همین افراد است. وزیر درباریه اهمیت ادامه فعالیت اوپک گفت:هم‌رین اهمیت اوپک در آینه‌ای ارتقای بیشتر همکاری و هماهنگی در داخل اوپک خواهد بود. با نگاهی به تاریخ درخشان واحد و استقلال سازمان، بنیان لازم را برای گسترش همکاری با تولیدکنندگان غیراوپک در چارچوب توافقنامه همکاری فراهم کرده‌اند. با توجه تلاش‌های جمعی برای ایجاد ثبات در بازار جهانی نفت، اوپک در اقدامات مختلف تاریخی با احکالت و تقاهم بعضی از مصرف‌کنندگان عمده رویبرو شده است.

ژنکته گفت: برای نمونه، هر زمانی که افزایش قیمت رویبرو شدید، اوپک به کارل و بدل و هر زمانی که افزایش کاهش یافت، اوپک به قیمت عرضه نفت برای تأثیرگذاری بر قیمت‌ها متهم شده است. در این راستا، اصول حقوق بین‌الملل هیچ حمایت یا حفاظتی از اوپک با اعضای آن نمی‌کند و بیشتر کشورهای عضو اوپک برای ثبات پایدار در بازار جهانی نفت حفاظت از ثُروت ملی خود و

دولت در فصل زراعی گذشته نرخ ۲۵۰۰ تومان را برای خرید گندم اعلام کرد، اما دولت برای واردات هر کیلو گندم ۶ هزار تومان پرداخت می‌کند. وی تصریح کرد: کشاورزان

عطاالله هاشمی رئیس بنیاد گندم کشمید کاران در یک برنامه ملی ترویجیسی درباره موضوع خرید تضمینی گندم گفت: هر روزی که از زمان اعلام قیمت خرید تضمینی گندم می‌گذرد، باعث کمبود گندم در سال آینده می‌شود. کشاورزان برای سال آینده خود در حال برنامه ریزی هستند و به این خاطر موجب کاهش سطح زیر کشت گندم می‌شود.

وی اضافه کرد: با توجه به افزایش هزینه‌های تولید و از سوی دیگر افزایش قیمت جهانی گندم، هزینه تولید به ازای هر کیلو با سود معقول ۱۸ درصد برای کشاورزان بالغ و قبل از این رشدن کشاورزان کود و سم کم بین ۴۰۰ تا ۶۰۰ تومان افزایش یافته است. نرخ ۲۴۰۰ تومان را پیشنهاد کردیم که منافع خودشان ترجیح می‌دهند و علسی رغم این عتب مانده‌گی اقتصادی ناشیدهی وجود دولت، ما خودمان را امقید دانستیم که میزان گندم مورد نیاز مردم را تحت هر شرایطی تولید کنیم.

در طول انقلاب و این ۴۰ سال که سیاست بانک مرکزی در افزایش قیمت گندم لحاظ شود اما فقط سه درصد در سه سال متوالی افزایش قیمت داشتیم؛ این درحالی است که با افزایش هرسال باید ۲۰ درصد اضافه می‌شد. رئیس بنیاد ملی گندم کاران در ادامه می‌گوید: این موضوع دولت

۱۵۰۰ نفر در قالب ۵۰۰ تیم به رقابت پرداخته‌اند. وی رویداد را در قالب تأسیف آن این که در این سباقیه بود، وی افزود: در این مسابقات ۱۰۰ تیم از نظر تولید محصول انتخاب و به مرحله سوم که مهرماه برگزار می‌شود، راه یافته‌اند. مسئول سازمان فضای مجازی، سیج، برنامه‌های مرحله نهایی دومین رویداد سراسری تولید محتوای دیجیتال سیج را اعلام کرد و گفت: این مرحله روزهای دوم، سوم و چهارم مهرماه در محل مرکز فرهنگی رایبصر (صج) با حضور ۲۵۴ نفر در قالب ۱۱۸ تیم از سراسر کشور برگزار می‌شود.

وی افزود: این رقابت‌ها امسال با رعایت کامل پروتکل‌های بهداشتی و در فضای باز مجتمع و سوزهای جدید برگزار خواهد شد و شرکت‌کنندگان، روز روز نخست مسابقه از محتوای مسابقه مطلع خواهند شد و در روز چهارم مهر در مراسم اختتامیه هم از برگزیدگان تولید محتوای دیجیتال تجلیل می‌شود. وی همچنین به آنان اهداء می‌شود. همچنین برگزیده‌ها مسود حمایت مادی و معنوی قرار خواهد گرفت و حمایت‌هایی برای تبدیل آنان به محصولات تجاری صورت می‌گیرد.

پژوهشی صنعت نفت در مطالعات روش‌های ازدیاد برداشت میدان‌های نفتی بزرگ و کاربردی خواهد شد.در این مرحله، مطالعه، میدان یادآوران به دانشگاه تهران، میدان پارس جنوبی به دانشگاه شیراز، میدان ترک سفید به پژوهشگاه صنعت نفت، میدان مسیح‌سلیمان به دانشگاه سهند تبریز، میدان اسفند به دانشگاه شیراز، میدان خشت به دانشگاه آزاد اسلامی، میدان ینک به دانشگاه فردوسی مشهد، میدان دیورود به دانشگاه علم و صنعت، میدان تنگ بیجار به دانشگاه شهید چمران اهواز، میدان مارون به دانشگاه صنعتی اصفهان و میدان نوروز به دانشگاه خلیج فارس واگذار می‌شود.

اردکانیان ادامه داد: آب شرب از نظر شرایط تأمین، مثل آب کشاورزی نیست؛ اگر در منطقه‌ای ما کمبود آب کشاورزی مواجه شویم، ممکن است به لحاظ اجرایی امکانش باشد که ما از کشاورزان آن منطقه بخواهیم نقطه دیگری کشاورزی کنند؛ اما در مورد آب شرب اینگونه نیست؛ وقتی جمعیتی در نقطه‌ای سکونت پیدا می‌کند باید برای جمعیت مستقر آب مورد نیاز فراهم شود و اینجاست که موضوع فرهنگ‌سازی در مصرف صحیح آب حائز اهمیت می‌شود.

وی با بیان اینکه گاهی من با این سوال مواجه می‌شوم که مگر کل آب مصرفی شرب ما چند درصد است و مگر در بخش کشاورزی چندین برابر آن را مصرف نمی‌کنیم، چرا آنقدر تمرکز بر اصلاح آب بخش خانگی است؟، گفت: این مسئله دو دلیل دارد، یکی این است که وقتی جایی مثل تهران تکثیر تأمین آب شُرب‌اش نه به ته دیگ بخورد و یک جمعیتی چند میلیون مستقر باشند، نمی‌توان این جمعیت را کوچ داد، پس باید با آب موجود زندگی را اداره کرد؛ لذا باید روی روش های مناسب تر مصرف تمرکز کرد.

وزیر نیرو افزود: دلیل دوم آن است که ما در هر بخشی بخواهیم اصلاح روند مصرف را داشته‌باشیم باید این اصلاح از مقیاس خانواده شروع شود؛ امیدوار هستیم که سرتانه مصرف آب در شهرهای بزرگ و به ویژه کلاشهر تهران با استفاده از روش های صحیح و استفاده از تجهیزاتی که با آب کمتر می‌شود نیاز را تأمین کرد، کاهش یابد.

وی در پاسخ به اینکه اگر بخواهیم روند سکنی‌گزینی جمعیت در تهران را اصلاح کنیم باید دیگر نهادها ورود کنند؟، گفت: وزارت نیرو عضو شورای عالی شهرسازی و معماری ایران است و به عنوان یکی از اعضا بوده، در حالی که مسئولیات آن از وزارت راه و شهرسازی است؛ اما ما هستیم که وقتی صحبت از احداث یک شهر جدید و استقرار جمعیتی جدید می‌شود، باید به این سوال پاسخ دهیم که آیا از حیث تأمین آب مشکلی هست یا نیست.

اردکانیان در پاسخ به اینکه چقدر به حرف وزارت نیرو گوش می‌کنند؟، گفت:وقتی تصمیمی اتخاذ می‌شود، مطمئناً به نظر وزارت نیرو هم توجه می‌شود؛ اما مشکل آنجا است که تحت تأثیر عوامل دیگر، بالاخره جمعیت مستقر شده و باید به هر طریق ممکن، مسئله آب شرب و بهداشت جمعیت سکونت یافته را تأمین کرد.

## پله‌وران و مرزنشینان ۱/۴ میلیارد یورو تعهد ارزی معوق دارند

بیش از ۷ میلیون نفر در سراسر کشور از فعالیت‌های تجاری مرزنشینان و پله‌وری‌ها امر معاش می‌کنند، ولی ۱/۴ میلیارد دلار از تعهدات معوق ارزی مربوط به

همین افراد است. وزیر درباریه اهمیت ادامه فعالیت اوپک گفت:هم‌رین اهمیت اوپک در آینه‌ای ارتقای بیشتر همکاری و هماهنگی در داخل اوپک خواهد بود. با نگاهی به تاریخ درخشان واحد و استقلال سازمان، بنیان لازم را برای گسترش همکاری با تولیدکنندگان غیراوپک در چارچوب توافقنامه همکاری فراهم کرده‌اند. با توجه تلاش‌های جمعی برای ایجاد ثبات در بازار جهانی نفت، اوپک در اقدامات مختلف تاریخی با احکالت و تقاهم بعضی از مصرف‌کنندگان عمده رویبرو شده است.

ژنکته گفت: برای نمونه، هر زمانی که افزایش قیمت رویبرو شدید، اوپک به کارل و بدل و هر زمانی که افزایش کاهش یافت، اوپک به قیمت عرضه نفت برای تأثیرگذاری بر قیمت‌ها متهم شده است. در این راستا، اصول حقوق بین‌الملل هیچ حمایت یا حفاظتی از اوپک با اعضای آن نمی‌کند و بیشتر کشورهای عضو اوپک برای ثبات پایدار در بازار جهانی نفت حفاظت از ثُروت ملی خود و

دولت در فصل زراعی گذشته نرخ ۲۵۰۰ تومان را برای خرید گندم اعلام کرد، اما دولت برای واردات هر کیلو گندم ۶ هزار تومان پرداخت می‌کند. وی تصریح کرد: کشاورزان

## گلایه گندم‌کاران از اعلام نشدن نرخ خرید تضمینی

هاشمی اعلام داد: در رابطه با قیمت گندم عتب ماندگی اقتصادی وجود دارد و سال‌های متوالی برای بود در اجرای خرید تضمینی، قیمت پایه سال قبل به علاوه تورم اعلام

شده از سیاست بانک مرکزی در افزایش قیمت گندم لحاظ شود اما فقط سه درصد در سه سال متوالی افزایش قیمت داشتیم؛ این درحالی است که با افزایش هرسال باید ۲۰ درصد اضافه می‌شد. رئیس بنیاد ملی گندم کاران در ادامه می‌گوید: این موضوع دولت

۱۵۰۰ نفر در قالب ۵۰۰ تیم به رقابت پرداخته‌اند. وی رویداد را در قالب تأسیف آن این که در این سباقیه بود، وی افزود: در این مسابقات ۱۰۰ تیم از نظر تولید محصول انتخاب و به مرحله سوم که مهرماه برگزار می‌شود، راه یافته‌اند. مسئول سازمان فضای مجازی، سیج، برنامه‌های مرحله نهایی دومین رویداد سراسری تولید محتوای دیجیتال سیج را اعلام کرد و گفت: این مرحله روزهای دوم، سوم و چهارم مهرماه در محل مرکز فرهنگی رایبصر (صج) با حضور ۲۵۴ نفر در قالب ۱۱۸ تیم از سراسر کشور برگزار می‌شود.

وی افزود: این رقابت‌ها امسال با رعایت کامل پروتکل‌های بهداشتی و در فضای باز مجتمع و سوزهای جدید برگزار خواهد شد و شرکت‌کنندگان، روز روز نخست مسابقه از محتوای مسابقه مطلع خواهند شد و در روز چهارم مهر در مراسم اختتامیه هم از برگزیدگان تولید محتوای دیجیتال تجلیل می‌شود. وی همچنین به آنان اهداء می‌شود. همچنین برگزیده‌ها مسود حمایت مادی و معنوی قرار خواهد گرفت و حمایت‌هایی برای تبدیل آنان به محصولات تجاری صورت می‌گیرد.

پژوهشی صنعت نفت در مطالعات روش‌های ازدیاد برداشت میدان‌های نفتی بزرگ و کاربردی خواهد شد.در این مرحله، مطالعه، میدان یادآوران به دانشگاه تهران، میدان پارس جنوبی به دانشگاه شیراز، میدان ترک سفید به پژوهشگاه صنعت نفت، میدان مسیح‌سلیمان به دانشگاه سهند تبریز، میدان اسفند به دانشگاه شیراز، میدان خشت به دانشگاه آزاد اسلامی، میدان ینک به دانشگاه فردوسی مشهد، میدان دیورود به دانشگاه علم و صنعت، میدان تنگ بیجار به دانشگاه شهید چمران اهواز، میدان مارون به دانشگاه صنعتی اصفهان و میدان نوروز به دانشگاه خلیج فارس واگذار می‌شود.

۱۵۰۰ نفر در قالب ۵۰۰ تیم به رقابت پرداخته‌اند. وی رویداد را در قالب تأسیف آن این که در این سباقیه بود، وی افزود: در این مسابقات ۱۰۰ تیم از نظر تولید محصول انتخاب و به مرحله سوم که مهرماه برگزار می‌شود، راه یافته‌اند. مسئول سازمان فضای مجازی، سیج، برنامه‌های مرحله نهایی دومین رویداد سراسری تولید محتوای دیجیتال سیج را اعلام کرد و گفت: این مرحله روزهای دوم، سوم و چهارم مهرماه در محل مرکز فرهنگی رایبصر (صج) با حضور ۲۵۴ نفر در قالب ۱۱۸ تیم از سراسر کشور برگزار می‌شود.











حجم اقتصاد دریا در جهان سالانه بیش از ۱۰۰۰میلیارد دلار برآورد شده است که این رقم برای کشورمان حدود یک درصد و با احتساب فعالیت‌های نفتی و گازی دریایی بین ۲ تا ۲۷درصد است. این آمار نشان دهنده آن است که گستره های دریایی و به تبع آن "اقتصاد دریامحور" (blue economic) در رشد و رونق کشورها و شهرهای مختلف جهان نقشی مهم و محوری ایفا می کند. طبق آمارهای منتشره در اتحادیه اروپا، اقتصاد آبی در سال ۲۰۱۴بیش از ۳میلیون و ۳۶۰هزار نفر را در این منطقه به خود مشغول کرده است. این نقش را بطور کلی می توان در بخش های مختلف از جمله تجارت، حمل و نقل، گردشگری دریایی، شیلات و بهره برداری از منابع طبیعی، انرژی و همکاری های تجاری، اقتصادی در سطوح منطقه ای و بین المللی تقسیم بندی کرد.

از طرف دیگر استفاده از سواحل دریا و امواج آن به عنوان منبع لید برق یا ورزش‌های تفریحی، فعالیت‌های گردشگری در ساحل اعماق دریا و آب درمانی از مهمترین منابع اشتغالزایی محسوب

❖بررسی‌های کارشناسان نشان می‌دهدکه سهم دریا از تولید ناخالص داخلی در کشور های ساحلی پیشرفته مثل اتحادیه اروپا ۱۰۰درصد است، اما این رقم در کشور ایران، باوجود قریب به ۶هزار کیلومتر نوار ساحلی فقط ۲درصد است.

❖سهم حمل و نقل دریایی در تجارت خارجی ایران از لحاظ وزنی به ۸۹درصد می‌رسد که در مقایسه با سایر شقوق حمل و نقل به بیشترین سهم را به خود اختصاص داده است؛ از این رو با توجه به حجم گسترده صادرات و واردات کالا، توسعه بنادر به عنوان دروازه های ارتباطی کشور در راستای توسعه دریامحور امری الزامی است

❖ویکدر اقتصاد دریا محصور می‌تواند افق های تازه ای را پیش روی ما برآورد؛ بر وزن رفت از اقتصاد متکی به نفت ایجاد کند و توسعه حمل و نقل دریایی و توجه به موضوعات ایمنی و امنیت، توسعه لجستیک بندری و خصوصی سازی در راستای اقتصاد مقاومتی می‌تواند زمینه ساز و متضمن توسعه پایدار کشور شود

❖در زمینه حمل و نقل دریایی در بخش اقتصاد دریایی، چهار شغل جانبی ایجاد می‌شود.

در این میان جمهوری اسلامی ایران با برخورداری از ۱۹۰هزار کیلومترمربع گستره دریایی و حدود ۵۵۰۰کیلومتر طول ساحلی که حدود ۴۰درصد از مرزهای دریایی مان را تشکیل می‌دهد، کشوری محسوب می‌شود و از دو سوی شمال و جنوب به دریا دسترسی دارد اما از نظر بهره برداری از این نعمت خدادادی در رتبه های آخر جهان قرار دارد.کشور ایران با توجه به موقعیت ژئوپلیتیک خود در منطقه و جهان دارای نقشی کلیدی و حساس است، از همین رو و با توجه به دسترسی به دریا در شمال و جنوب، آبپهای آزاد (قناری هند)، مجاورت با منطقه استراتژیک خلیج فارس و تنگه هرمز و قرار گرفتن در کریدورهای ترانزیتی بین‌المللی بایستی به دنبال توسعه پایدار و رویکرد دریایی باشد، تعبیری که تحت عنوان "توسعه دریا محور" به آن اشاره می‌شود.

از منظر بررسی‌های تاریخی، اجتماعی و جذابیت سکونی، مناطق ساحلی از جذاب‌ترین مناطق دنیا و بستر فعالیت‌های عظیم اقتصادی و اجتماعی به شمار می‌روند به گونه‌ای که حدود دو سوم جمعیت جهان در محدوده ۶کیلومتری حاشیه دریاها استقرار یافته‌اند و بیش از درصد از شهرهای بزرگ جهان که امروزه به عنوان قطب‌های تجاری شناخته می‌شوند، در مناطق ساحلی قرار گرفته‌اند و این مهم بیانگر جایگاه توسعه دریا محور است.

**آگهی تغییرات شرکت تهیه اتاود**  
**سهامی خاص به شماره ثبت ۸۷۸۹۶ و شماره ملی ۱۰۲۶۰۲۸۸۰۰**  
به استناد صورت جلسه عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۳۹۷/۰۲/۲۵ تصویبات ذیل اتخاذ شد:
رضا اقبالپای خورانی به شمار ملی ۱۲۸۵۲۳۵۲۹۴ به سمت بازرس اصلی و حسین دادیو، سراساگی به شماره ملی ۰۹۱۷۲۶۰۱۰۵۷ به سمت بازرس علی‌البدل به مدت یکسال تعیین شدند.
**اداره کل ثبت اسناد واملاک استان اصفهان**  
**اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری اصفهان (۹۰۹۱۶۴)**

**آگهی مزایده عمومی**  
**شرکت خانه (سهامی خاص)** در نظر دارد سه دستگاه از خودروهای سواری ماراژ برنیز خود، به شرح ذیل از طریق مزایده عمومی به بالاترین قیمت پیشنهادی واگذار نماید.  
لذا کلیه اشخاص حقیقی و با حقوقی متقاضی شرکت در مزایده مذکور می‌توانند از تاریخ ۱۳۹۹/۰۶/۳۱ لغایت ۱۳۹۹/۰۷/۱۲ در ساعات اداری (صبح لغایت ۱۲) جهت دریافت اسناد مزایده و بازدید در روزهای کاری به دفتر مرکزی شرکت خانه واقع در تهران، خیابان ولی عصر-خیابان دمشق- پلاک ۸- شرکت خانه- دفتر امور قرار دادها مراجعه نموده و نسبت به خرید اسناد مزایده اقدام نمایند و در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۰۹۱۰۸۸۹۰۰۱۰۱ داخلی ۲۱۰ تماس حاصل نمایند.

بدیهی است این شرکت درد یا قبول هر یک با تمام پیشنهادها بدون آنکه نیاز به ذکر دلیل یا ارائه مستندات باشد، مختار است. شرایط تکمیلی شرکت در مزایده در اسناد مزایده موجود است و پیشنهاد دهندگان می‌بایست یک نسخه از شرایط مزایده را دریافت و پس از امضاء و مهر و نمودن آن به همراه سایر مدارک و مستندات به پیشنهاد خود ضمیمه و ارائه نمایند.

**۱-هیئت اد سونا تا هیئت پیری ۲۰۱۸**  
**۲-میتسو بیسی ۲۰۱۸ ASX**  
**۳-تویوتا کمری ۲۰۱۴**

**آگهی مزایده شماره (۶- ۹۹)**  
**شرکت نهادهای دامی جاهد (سهامی خاص)**  
در نظر دارد تعداد ۱۵ راس گاو نر نژاد هلشتاین و ۸ راس گاو نر نژاد سیمنتال و یک راس گاو نر نژاد براون سوئیس و یک راس گاو نر نژاد جرزری را از طریق مزایده عمومی به فروش برساند.  
لذا از متقاضیان شرکت در مزایده دعوت به عمل می‌آید جهت دریافت و تحویل اسناد مزایده به دفتر کمیسیون معاملات شرکت واقع در: تهران میدان فاطمی ضلع جنوب شرقی میدان ، ساختمان جهاد پلاک ۵ طبقه ۸ واحد ۸۱۰ مراجعه فرمایند.  
مهلت دریافت و تحویل پیشنهاد قیمت تا ساعت ۱۶ روز شنبه مورخ ۹۹/۰۷/۰۵ می‌باشد.  
زمان بازگشایی پاکت‌های پیشنهادی راس ساعت ۱۰ صبح روز یکشنبه مورخ ۹۹/۰۷/۰۶ می‌باشد.  
لازم به ذکر است شرکت در رد یا قبول پیشنهاد مختار می‌باشد همچنین هزینه چاپ آگهی به‌عهده برنده مزایده می‌باشد.

**شماره تماس: ۸۸۹۹۳۳۶۶ و ۸۶۰۳۷۶۷۸**

کشورهای توسعه‌یافته و درحال توسعه استفاده‌های گسترده‌ای در زمینه گردشگری، استحصال انرژی، حمل‌ونقل ازان و شیلات از دریا و سواحل دارند. به‌طوری‌که به ازای ایجاد یک شغل در بخش اقتصاد دریایی، ۴ شغل جانبی هم ایجاد می‌شود.

بررسی‌های کارشناسان نشان می‌دهد که سهم دریا از تولید ناخالص داخلی در کشورهای ساحلی پیشرفته مثل اتحادیه اروپا ۵۰درصد است، اما این رقم در کشور ایران، باوجود قریب به ۶هزار کیلومتر نوار ساحلی فقط ۲درصد است.

در این زمینه آمار در دسترس نشان می‌دهد: ۹۵درصد ظرفیت ساحلی کشورمان بدون استفاده باقی مانده است، در حالیکه این مناطق با برخورداری از اهمیت ژئواستراتژیک و ژئواکونومیک در مقیاس جهانی و منطقه‌ای، به عنوان یکی از مهمترین نواحی ارزشمند سیاسی و اقتصادی جهان به شمار می‌رود و می‌تواند با توسعه مناسب، نقش اقتصادی و سیاسی بالایی در سطوح منطقه‌ای و جهانی ایفا کند.

تاکفته نماند: فرصت‌های عظیم و بی‌بدیل چهار استان جنوبی با

# توسعه اقتصاد دریامحور؛ ضرورت راهبردی

توسعه حمل‌ونقل دریایی و توجه به موضوعات ایمنی و امنیت، توسعه لجستیک بندری و خصوصی‌سازی در راستای اقتصاد مقاومتی در کنار توجه به حفاظت از محیط‌زیست می‌تواند زمینه‌ساز و متضمن توسعه پایدار کشور شود.

این در حالی است که کشورمان با وجود این دارایی‌ها آنچنان که باید از اقتصاد دریامحور بهره‌مند نشده است. از این رو در اسناد بالادستی مانند برنامه‌های توسعه‌ای توجه به زیرساخت‌های دریایی و بندری بیشتر شد و اقتصاد دریامحور و توسعه محور شرق از راه دریا و ترانزیت وارد ادبیات مسئولان مدیران شد.

مانند مسائل‌های جنگ که بنادر پایگاه‌های استراتژیک کشور برای تامین کالاهای اساسی محسوب و کشتی‌های تجاری حامل کثدم و کالای اساسی با کشتی‌های نظامی حفاظت می‌شدند و ترد می‌کردند، امروز هم در شرایط تحریم و جنگ اقتصادی شصی به همان ایام به بنادر نگاه می‌شود که البته عملکرد بنادر در طول شیوع ویروس کرونا و همزمان افزایش شدت تحریم‌ها نشان داد، نگاه و مقایسه درستی بوده‌است.



رشد ۹درصدی عملکرد بنادر تجاری کشورمان در تخلیه و بارگیری ه استان شمالی با ۸۹۰کیلومتر خط ساحلی و ۶۲۷رستا و آبادی و ۱۲۹شهر، در حوزه‌های گردشگری، تجاری، سکونی، صنایع و شیلات، و دلیل عدم توسعه محدوده‌های سکونی و اقتصادی بلااستفاده مانده است، در حالیکه این مناطق بنا به موقعیت جغرافیایی و طبیعی، نزدیکی به بنادر اصلی آسیا، از منظر تجارت و بازرگانی بین‌المللی نیز بهترین منطقه برای توسعه اقتصادی به شمار می‌روند.

گستره های آبی در واقع به عنوان یکی از عناصر قدرت سیاسی و ظرفیتهای رشد اقتصادی ایران محسوب می‌شود به همین جهت کشورمان همواره به عنوان قدرت تاثیرگذار در جهان مطرح بوده است و اکنون این نقش میی تواند با برنامه ریزی و طرحهای نوظهور و روزآمد تقویت شود.

از سوی دیگر طبق اعلام کارشناسان، سهم حمل و نقل دریایی در تجارت خارجی ایران از لحاظ وزنی به ۸۹درصد می‌رسد که در مقایسه با سایر شقوق حمل و نقل بیشترین سهم را به خود اختصاص داده‌است.چنانکه در حال حاضر حدود ۹۵درصد واردات و ۸۵درصد صادرات کشور از طریق بنادر انجام می‌شود. بنابراین با توجه به حجم گسترده صادرات و واردات کالا، توسعه بنادر به‌عنوان دروازه‌های ارتباطی کشور در راستای توسعه دریا محور امری الزامی است.

از ایسن رو رویکرد اقتصاد دریا محور می‌تواند افق‌های تازه‌ای را

پیش روی مسا برای پروترفت از اقتصاد متکی به نفت ایجاد کند و

## شفافیت تراکنش های مالی پیش نیاز پایه های مالیاتی است

برای حرکت به سمت مالیات بر درآمد اشخاص ( PTT ) و مالیات های تنظیمی مانند مالیات بر عایدی سرمایه ضرورتا نیاز به تسلط بر جریان ریاال یا شفافیت تراکنش های مالی وجود دارد.

مهدی موحدی بکنظر عضو هیات علمی دانشگاه شاهد در گفتگو با مهر درباره طرح تقویت حکمرانی ریاال در کشور گفت: نظام مالیاتی باید با در اختیار گرفتن همه پتانسیل بانک مرکزی در ارائه تراکنش های حسابهای شخصی و تجاری بتواند فضای مناسبی را برای تحقق این مالیات فراهم کند.

داده ادمه داد: دستگاهی که در این باره اهمیت دارد این است که برای پیاده

شدن این سیستم باید بر خلاف نگاه مرسومه که نظارت بر تراکنش ها را بر

عهده بانک مرکزی قرار می دهد، این وظیفه باید در قالب یک تقسیم کار نهادی

در اختیار نظام مالیاتی قرار گیرد.

موحدی بیان داشت: نظام مالیاتی برای این کار باید از یک سمت تمام اطلاعات اقتصادی مودیان مالیاتی از جمله اشخاص حقوقی، اشخاص حقیقی دارای شغل ثبئی و اشخاص حقوقی فاقد شغل ثبئی را دریافت کرده و از سمت دیگر اطلاعات حسابهای شخصی و تجاری و ریز تراکنش های بانکی را از نظام بانکی اخذ کرده و با تطبیق این تراکنش‌ها و این تعاملات اقتصادی بتواند اتفاقات بستر اقتصاد را نظارت کند.

وی درباره اقدامات بانک مرکزی برای شفافیت مقصد تراکنش‌ها گفت: اقدامی که بانک مرکزی در قالب دستورالعملی که چند ماه پیش ابلاغ کرد، این است که بانک مرکزی مکلف است سند مثبته را به ازای هر تراکنش دریافت کرده و آنرا مستند کند.

عضو هیات علمی دانشگاه شاهد با اشاره به لزوم ایجاد حساب الکترونیک بیان داشت: اتفاقی که باید بیفتد این است که نظام مالیاتی با فراهم کردن بستری مانند قانون پایانه‌های فروشگاه‌های و سامانه مودیان امکان لازم را برای ثبت تمامی تعاملات اقتصادی در قالب صورت حساب الکترونیک فراهم کند. این صورت حساب الکترونیک همان اسناد مثبته استاندارد هستند که به وسیله آن می‌توان شنخت که چه معاملاتی، چه تبادل‌هایی و در چه زمانی توسط چه کسانی و در ازای چه مبلغی اعم از فروش، اجاره، قرض، هدیه یا ... اتفاق افتاده است.

موحدی گفت: به عنوان مثال در تبادل یک اتموبیل، اگر این تبادل بین شرکت سازنده و خریدار اتفاق بیفتد، شرکت سازنده اطلاعات را به سازمان مالیاتی اراده می‌کند، در حالتی دیگر اگر یک دفتر فروش خودرو اتموبیل را بفروشد او هم اطلاعات را به سازمان مالیاتی ارائه می‌دهد چرا که او هم شخص حقیقی دارای شغل ثبئی است و اگر یک دفتر فروش خودرو از شرکت سازنده بخردان هم به صورت خود کار ثبت می‌شود.

وی با اشاره به شرایطی که در فرد حقیقی معمولی مبادله اتموبیل انجام می‌دهند، گفت: تنها تبدلات مالی که بین دو فرد حقیقی بدون شغل ثبئی است، ثبت نمی‌شود. در این صورت دو نفر باید به دفتر اسناد رسمی بروند و معامله را

ثبت کنند. در این شرایط، دفتر اسناد هم شماره شاسی ماشین که فروخته شده

را ثبت کرده و سندلی را تدوین می‌کند. و برای نظام مالیاتی می‌فرستد.

این کارشناس اقتصاد با اشاره به روش دیگر معامله خودرو به وسیله

دو فرد حقیقی اظهار داشت: در حالت دیگر دو طرف معامله بدون مراجعه

به دفتر اسناد رسمی و تنها به وسیله قولنامه تبادل را انجام می‌دهند. در این صورت وقتی قولنامه امضا می‌شود، تراکنش انجام می‌شود، چون تراکنش آن

به گوش سازمان مالیاتی رسیده است، از طرف سازمان مالیاتی به طرفین خبر

داده می‌شود که به عنوان مثال ۷۰۰میلیون جازمان جا به خانه است یا تکلیف

این را مشخص کنید یا به این عنوان هدیه در نظر گرفته می‌شود و مشمول

مالیات بر هدیه می‌شود. وی با بیان اینکه در صورت پیاده شدن این طرح خواه

نا خواه قولنامه برای منزل هم سر و سامان می‌گیرد، ادامه داد: به این ترتیب

دو طرف به سازمان مالیاتی یا شرکی مشاوره‌ای که ممکن است برای این کار

ایجاد شود، مراجعه می‌کنند و صورت حساب الکترونیک ثبت می‌شود. در این

صورت گرچه سند به دفتر اسناد برده نمی‌شود اما ثبت می‌شود که این دو نفر

اتموبیلی را از قولنامه و این مبلغ خاص مبادله کرده اند.

این کارشناس اقتصادی با بیان اینکه تراکنش افراد حقیقی محدود

نمی‌شود اما اگر نتواند سازمان مالیاتی را توجه کند به عنوان هدیه در نظر

گرفته می‌شود، گفت: ممکن است در سال فرضا تا ۲۰۰میلیون تومان اگر

کسی تبدلات قابل صورت حساب الکترونیک داشته باشد ایرادی گرفته نشود

اما اگر از ۲۰۰میلیون تومان بالاتر رفت یا باید این رقم مشخص شود که در

ازای چه چیزی است یا در حکم هدیه شناخته می‌شود و مشمول مالیات بر

هدیه می‌شود.

وی خاطر نشان کرد: اگر این اتفاقات رخ بدهد تمام تراکنش‌ها رصد شده

و همگی منظم می‌شود و وقتی همه منظم شد می‌توان مالیات بر مجموع درآمد

یا مالیات بر عایدی سرمایه را تدوین کرد و اعمال کرد.

**مناقضه عمومی**

**تأمین نیروی انسانی پارک ارم (نوبت دوم و مذاکره)**

**شرکت مجتمع ورزشی تقریبی ارم سبز (سهامی خاص) پارک ارم**  
در نظر دارد تأمین نیروی انسانی مورد نیاز خود را برای ۶ ماهه دوم سال ۱۳۹۹ در زمینه های مختلف از طریق مناقضه عمومی به یکی از شرکت های فعال در این زمینه واگذار نماید.  
علاقه‌مندان می‌توانند به منظور خرید اوراق شرایط شرکت در مناقضه و تحویل پاکت های پیشنهاد قیمت از تاریخ چند درج این آگهی تا تاریخ ۱۳۹۹/۰۷/۰۷ همه روزه غیر از روزهای تعطیل از ساعت ۸ تا لغایت ۱۵:۰۰ به دیرخانه معاملات مجتمع واقع در کیلومتر چهار اتوبان تهران – کرج، پارک ارم مراجعه نمایند.

**هزینه آگهی و کارشناسی بر عهده برنده مناقضه می باشد.**

تلفن هتاسی: ۴۱۲۷۷۰۰

روابط عمومی ارم سبز

**آگهی دعوت از صاحبان محترم سهام شرکت سرمایه گذاری صنایع شیمیایی ایران برای برگزاری مجمع عمومی عادی به‌طور فوق العاده**  
**شماره ثبت ۲۸۴۰۲۸۰۰۰۹۷۹۰۱**  
**شماره ملی ۱۰۲۶۰۲۸۸۰۰۰۹۷۹۰۱**

از سهامداران محترم شرکت سرمایه‌گذاری صنایع شیمیایی ایران (سهامی عام) دعوت می‌شود تا در جلسه مجمع عمومی عادی (به‌طور فوق‌العاده) این شرکت که ساعت ۱۰۰۰ صبح روز دوشنبه به تاریخ ۷۰/۷/۱۳۹۹ در تهران بلوار نلسون ماندلا (آفریقا)، کوچه سعیدی، پلاک ۱۶ برگزار می‌گردد، حضور به هم رسانند.

**دستور جلسه:**  
انتخاب اعضای هیأت مدیره  
**شرکت سرمایه‌گذاری صنایع شیمیایی ایران(سهامی عام)**

**آگهی نوبت دوم مناقضه عمومی**  
**شرکت سیمان تهران –سهامی عام**  
درنظر دارد تأمین ۱۲۲ نفر نیروی انسانی و ملزومات مورد نیاز جهت عملیات پشتیبانی تولید مجتمع صنعتی و واحد هفتم خود برای دوره ۱۴۰۰-۱۳۹۹ را از طریق مناقضه عمومی به پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید.  
متقاضیان می‌توانند جهت کسب اطلاعات و دریافت اسناد مناقضه به آدرس سایت شرکت به نشانی [www.tehrancement.co.ir](http://www.tehrancement.co.ir) مراجعه نمایند.  
**شرکت سیمان تهران –سهامی عام**

## آگهی مناقضه عمومی شرکت پتروشیمی مارون در نظر دارد اقلام مورد نیاز ذیل را از طریق مناقضه عمومی خریداری نماید.

ردیف	موضوع	نوع مناقضه	شماره مناقضه	شماره تقاضا	آخرین مهلت دریافت اسناد	پیشنهادهاتوسعه فروشندگان	آخرین مهلت ارسال	نحوه دریافت اسناد	تضمین شرکت در مناقضه
۱	هگزان	مناقضه عمومی	99-T-227	KAS-990008	۳روز پس ازدرج آگهی نوبت دوم درازای ارائه معرفي نامه شرکت	۳روز پس از درج آگهی نوبت دوم	۳روز پس از درج آگهی نوبت دوم	ارسال نامه اعلام آمادگی شرکت در مناقضه به آدرس ایمیل Kaminian@mpc.ir	ارائه ضمانت نامه بانکی شرکت در مناقضه به ارزش ۲/۲مبلغ پیشنهادی
۲	DIMETHYL DISULFID (DMDS)	مناقضه عمومی	99-T-228	KAS-990322	۳روز پس ازدرج آگهی نوبت دوم درازای ارائه معرفي نامه شرکت	۳روز پس از درج آگهی نوبت دوم	۳روز پس از درج آگهی نوبت دوم	ارسال نامه اعلام آمادگی شرکت در مناقضه به آدرس ایمیل Kaminian@mpc.ir	ارائه ضمانت نامه بانکی شرکت در مناقضه به ارزش ۲/۲مبلغ پیشنهادی
۳	WASH WATER AND PROCESS WATER PH NEUTRALIZER	مناقضه عمومی	99-T-229	KAS-990321	۳روز پس ازدرج آگهی نوبت دوم درازای ارائه معرفي نامه شرکت	۳روز پس از درج آگهی نوبت دوم	۳روز پس از درج آگهی نوبت دوم	ارسال نامه اعلام آمادگی شرکت در مناقضه به آدرس ایمیل Kaminian@mpc.ir	ارائه ضمانت نامه بانکی شرکت در مناقضه به ارزش ۲/۲مبلغ پیشنهادی
۴	Gasoline Polymerization Inhibitor / PETROFOL 20Y603	مناقضه عمومی	99-T-230	KAS-990323	۳روز پس ازدرج آگهی نوبت دوم درازای ارائه معرفي نامه شرکت	۳روز پس از درج آگهی نوبت دوم	۳روز پس از درج آگهی نوبت دوم	ارسال نامه اعلام آمادگی شرکت در مناقضه به آدرس ایمیل Kaminian@mpc.ir	ارائه ضمانت نامه بانکی شرکت در مناقضه به ارزش ۲/۲مبلغ پیشنهادی
۵	CARBON ACTIVATED for MEA Unit	مناقضه عمومی	99-T-231	KAS-981141	۳روز پس ازدرج آگهی نوبت دوم درازای ارائه معرفي نامه شرکت	۳روز پس از درج آگهی نوبت دوم	۳روز پس از درج آگهی نوبت دوم	ارسال نامه اعلام آمادگی شرکت در مناقضه به آدرس ایمیل Kaminian@mpc.ir	ارائه ضمانت نامه بانکی شرکت در مناقضه به ارزش ۲/۲مبلغ پیشنهادی
۶	P/F"FAUDI" CARTRIDGE FILTER	مناقضه عمومی	99-T-232	KAS-990305	۳روز پس ازدرج آگهی نوبت دوم درازای ارائه معرفي نامه شرکت	۳روز پس از درج آگهی نوبت دوم	۱۰روز پس از درج آگهی نوبت دوم	ارسال نامه اعلام آمادگی شرکت در مناقضه به آدرس ایمیل Braeesi@mpc.ir	ارائه ضمانت نامه بانکی شرکت در مناقضه به ارزش ۲/۲مبلغ پیشنهادی
۷	"ARCA" POSITIONER	مناقضه عمومی	99-T-233	KAS-990163	۳روز پس ازدرج آگهی نوبت دوم درازای ارائه معرفي نامه شرکت	۳روز پس از درج آگهی نوبت دوم	۱۰روز پس از درج آگهی نوبت دوم	ارسال نامه اعلام آمادگی شرکت در مناقضه به آدرس ایمیل Braeesi@mpc.ir	ارائه ضمانت نامه بانکی شرکت در مناقضه به ارزش ۲/۲مبلغ پیشنهادی
۸	RADIO 128 CANAL MOTOROLA MT77	مناقضه عمومی	99-T-234	KAS-981343	۵روز پس ازدرج آگهی نوبت دوم درازای ارائه معرفي نامه شرکت	۵روز پس از درج آگهی نوبت دوم	۵روز پس از درج آگهی نوبت دوم	ارسال نامه اعلام آمادگی شرکت در مناقضه به آدرس ایمیل Skavianpour@mpc.ir	ارائه ضمانت نامه بانکی شرکت در مناقضه به ارزش ۲/۲مبلغ پیشنهادی
۹	CASTABLE REFRACTORY	مناقضه عمومی	99-T-235	KAS-970840	۵روز پس ازدرج آگهی نوبت دوم درازای ارائه معرفي نامه شرکت	۵روز پس از درج آگهی نوبت دوم	۱۰روز پس از درج آگهی نوبت دوم	ارسال نامه اعلام آمادگی شرکت در مناقضه به آدرس ایمیل Mmohebifar@mpc.ir	ارائه ضمانت نامه بانکی شرکت در مناقضه به ارزش ۲/۲مبلغ پیشنهادی
۱۰	"JUMO" INDICATING TEMPERATURE TYPE 8501,	مناقضه عمومی	99-T-236	KAS-990002	۵روز پس ازدرج آگهی نوبت دوم درازای ارائه معرفي نامه شرکت	۵روز پس از درج آگهی نوبت دوم	۱۰روز پس از درج آگهی نوبت دوم	ارسال نامه اعلام آمادگی شرکت در مناقضه به آدرس ایمیل Mmohebifar@mpc.ir	ارائه ضمانت نامه بانکی شرکت در مناقضه به ارزش ۲/۲مبلغ پیشنهادی
۱۱	P/F"SES" FIRE ALARM CONTROL PANEL / CPU CARD	مناقضه عمومی	99-T-237	KAS-981058	۵روز پس ازدرج آگهی نوبت دوم درازای ارائه معرفي نامه شرکت	۵روز پس از درج آگهی نوبت دوم	۱۰روز پس از درج آگهی نوبت دوم	ارسال نامه اعلام آمادگی شرکت در مناقضه به آدرس ایمیل sghanavati@mpc.ir	ارائه ضمانت نامه بانکی شرکت در مناقضه به ارزش ۲/۲مبلغ پیشنهادی
۱۲	COMPLETE ASSEMBLY / "MASONEILAN" DIGITAL LEVEL TRANSMITTER	مناقضه عمومی	99-T-238	KAS-98147	۵روز پس ازدرج آگهی نوبت دوم درازای ارائه معرفي نامه شرکت	۵روز پس از درج آگهی نوبت دوم	۱۰روز پس از درج آگهی نوبت دوم	ارسال نامه اعلام آمادگی شرکت در مناقضه به آدرس ایمیل sghanavati@mpc.ir	ارائه ضمانت نامه بانکی شرکت در مناقضه به ارزش ۲/۲مبلغ پیشنهادی
۱۳	"FLOWSERVE" CONTROL VALVE WITH AC-TUATOR CLASS 300 / control valve 1"	مناقضه عمومی	99-T-239	KAS-980341	۵روز پس ازدرج آگهی نوبت دوم درازای ارائه معرفي نامه شرکت	۵روز پس از درج آگهی نوبت دوم	۱۰روز پس از درج آگهی نوبت دوم	ارسال نامه اعلام آمادگی شرکت در مناقضه به آدرس ایمیل sghanavati@mpc.ir	ارائه ضمانت نامه بانکی شرکت در مناقضه به ارزش ۲/۲مبلغ پیشنهادی
۱۴	PARTS FOR "ARGUS" BALL VALVE / BALL VALVE	مناقضه عمومی	99-T-240	KAS-970812	۵روز پس ازدرج آگهی نوبت دوم درازای ارائه معرفي نامه شرکت	۵روز پس از درج آگهی نوبت دوم	۱۰روز پس از درج آگهی نوبت دوم	ارسال نامه اعلام آمادگی شرکت در مناقضه به آدرس ایمیل sghanavati@mpc.ir	ارائه ضمانت نامه بانکی شرکت در مناقضه به ارزش ۲/۲مبلغ پیشنهادی
۱۵	PARTS FOR "ARGUS" BALL VALVE / parts for ball valve	مناقضه عمومی	99-T-241	KAS-970813	۵روز پس ازدرج آگهی نوبت دوم درازای ارائه معرفي نامه شرکت	۵روز پس از درج آگهی نوبت دوم	۱۰روز پس از درج آگهی نوبت دوم	ارسال نامه اعلام آمادگی شرکت در مناقضه به آدرس ایمیل sghanavati@mpc.ir	ارائه ضمانت نامه بانکی شرکت در مناقضه به ارزش ۲/۲مبلغ پیشنهادی

❖ ذکر شماره تقاضا در subject ایمیل ارسالی الزامی می باشد  
ضمناً متقاضیان می توانند متن آگهی فوق را در سایت WWW.MPC.IR ملاحظه نمایند .









































۲۵۸  
شعبه اجتماعی روزنامه اطلاعات  
دوشنبه ۳ شهریور ۱۳۹۹ (سال شصت و پنجم - شماره ۲۷۶۶۰)

ترک عادت همه گر زهر بود دشوار است



## زیرگذر اینترنت

## از روی سکو تا زیر پل

«لیبرا مامی» از زاویه دیگری نگاه کرده: «بهشت زیر پای مادران است، به جز آن‌هایی که اعتیاد پسرشان را مخفی می‌کنند و برایش زن می‌گیرند که شاید آدم بشود.»

کاربری با نام مستعار «کرگدن شهری» نوشته: «چندسال پیش یک معتمد در تلویزیون می گفت مشکل ما معانداها این است که کسانی که برای ما تصمیم می گیرند، تجربه اعتیاد ندارند. از این نظر بورس هم یک جور اعتیاد است.»

صفحه خبرگزاری «خبر آنلاین» از قول «کارشناس مسئول پیشگیری از اعتیاد در محیط کار و فضای مجازی بهزیستی» خبر داد: «در کلینیک‌های درمان اعتیاد افرادی داریم که روزانه به مصرف ۳۰۰ قرص کدئین یا روزانه ۲۰ تا ۳۰ قرص کلونازپام یا داروهای دیگر اعتیاد پیدا کرده‌اند که فروش بسیاری از آن‌ها بدون نسخه ممنوع است.»

«بابای آنه» درباره کسی نوشته که او را از نزدیکی می‌شناخته: «آن موقعی که دبیرستان بودم، یکی از فامیل‌های دور در تیم ملی جوانان کشتی، مشغول اردوهای تیم ملی بود که ازدواج کرد، یک‌سال بعد هم بچه‌دار شد ولی چند وقت بعد بی‌سر و صدا او را از تیم ملی کنار گذاشتند. از بچ‌بچه‌های فک و فامیل شنیدم که شیشه می‌کشد. دیگر در خانه پیدایش نمی‌شد. البته قبل‌تر هم خیلی در خانه نبود، با این تفاوت که قبلاً در اردوی تیم ملی بود اما حالا در پارک و زیر بل مشغول شیشه کشیدن.

برخی از کاربران فضای مجازی به تبادل نظر درباره عادت‌های شخصی ناخوشایندشان پرداخته‌اند.

«سامیوس» نوشته: «کرونا عادت زشت دست در دهان کردن را از سر من انداخت، عین کلاس اول ابتدایی، متصل این انگشت‌های دستم توی دهانم بود و مک می‌زد!»

«اصغر چگنی» گفته: «با کمتر از آن زحماتی که برای پوشاندن عادت زشت خود تحمل می‌کنیم، می‌توانیم ترک عادت کنیم».

«آفتاب گردون» آرزو کرده: «امیدوارم شنبه‌ای که قرار است در آن رژیم، ورزش، درس خواندن، کار کردن، ترک عادت بد و کارهای دیگر را شروع کن، همین شنبه باشد!»

«شهرام شیدایی» نوشته: «عادت» ناچوانم‌دانه‌ترین بیماری است، زیرا هر بدقابلی را به ما می‌قبولاند، هر دردی را و هر مرگی را. در اثر عادت، در کنار افراد نفرت‌انگیز زندگی می‌کنیم، به تحمل زنجیرها رضا می‌دهیم، بی‌عدالتی‌ها و رنج‌ها را تحمل می‌کنیم، به درد، به تنهایی و به همه‌چیز تسلیم می‌شویم.»

«ارش غفاری» از عادت‌های غذایی حرف زده: «طعم غذا بیش تر عادت است. اگر از خانه مادران رفتید خانه بخت، فکر نکنید همسران دست‌پختش بد است، عادت ندارند. همین‌طور خانه دوستانتان. هیچ استانداردی برای طعم وجود ندارد. بعضی‌ها طعم صدف و سوسک دوست دارند و ما کله‌پاچه. هیچ‌کس را برای طعم غذا سرزنش نکنیم.»

«جلال فضل الهی» پاسخ داد: «طعم بد فقط برای عادت کرده‌های آن پذیرفتنی است، مثل دستپخت مادر برای بچه‌هایش. عوضش طعم خوب را همه می‌فهمند و نایز به عادت ندارد.»

«آرزو» معتقد است: «بعضی وقت‌ها ترک عادت، مرض نیست، لازم است.»

«خانم طوسی» هم اشاره کرده: «آنی که موجب مرض است ترک عادت نیست، عادی شدن، ترک است!»

«پرشیا» از «عزیزالدین نسفی»، عارف سده هفتم هجری، نقل کرده: «ای درویش! هر کاری که نه ضرورت است و نه سبب راحت اصحاب بود، بر آن کار عادت نباید کرد که چون عادت کردی بت شود و ترک عادت کردن و بت را شکستن، کار مذل است.»

«کرم السلطنه» نوشته: «طبق گفته روان شناس ها، عادت کردن به یک آدم، مثل اعتیاد به مواد و الکل است و جدا شدن از او مثل ترک اعتیاد، با درد و رنج بسیار. دیگر خودتان یک نتیجه از این حرف بگیرید، من حوصله ندارم نتیجه گیری کنم.»

«ملینا» عقیده دارد: «هیچ چیز خفن تر از ترک خودخواسته یک عادت نیست.»

«مونا» گفته: «بزرگ‌ترین اعتیاد ما آدم‌ها حرف زدن از مشکلاتمان است. بشکند این عادت را از خم‌های حرف بنزد!»

«گاکار» عاشقانه به موضوع نگاه کرده: «منی دامن خوب است یا بد که آدم به همه چیز عادت می کند. چطور است که به این همه ندیدنت عادت کدم؟»

گروهی از کاربران به صحبت درباره بدترین مدل «عادت کردن» که اعتیاد به مواد مخدر است، پرداخته‌اند.

«زهرا» نوشته: «لغت به اعتیاد که پدری را از خیاطی می‌رساند به زباله‌گردی. لغت به اعتیاد که پدری به خاطر خرج موادش حاضر است بجایش به مدرسه نهد.»



عکس: احسان کاظم لو

همسرش طلاق گرفت و طبیعتاً به خاطر سن کم بچه، حضانت او را به مادرش دادند. از روی ناامیدی اعتیادش بیش تر شد. خانواده اش به سختی پیدایش مکر کردند. چندبار او را به کمپ ترک اعتیاد بردند ولی هر بار فرار می کرد.

حالا سه چهار ساله‌ای از این قضیه می‌گذرد. امروز اتفاقی در خیابان دیدمش. آن قدر با عجله راه می‌رفت که اصلاً متوجه من نشد. وضع الانش از آن سال‌ها بهتر است ولی هنوز نمی‌تواند به عنوان یک فرد عادی به زندگی‌اش ادامه بدهد. او قبلاً برای من الگو بود ولی الان شده درس

این کاری است که اعتیاد با آدم‌ها می‌کند، از روی سکوی قهرمانی کشور به زیر پل می‌کشاند. مدال را از گردنت درمی‌آورد و فندک را به دستت می‌دهد. تمام.

## میدان مشق

## قورباغه در آب جوش



• ارمغان زمان فشمی

نام سندرم «قورباغه در آب جوش» از یک آزمایش واقعی گرفته شده است: اگر یک قورباغه را درون یک دیگ پر از آب بیندازید که دمای مناسبی دارد و به تدریج حرارت را زیاد کنید، قورباغه که موجودی خونسرد است، آن قدر برای متعادل کردن دمای بدن خود تلاش می کند که خسته می شود و توانش را از دست می دهد، در نتیجه وقتی آب به نقطه جوش می رسد دیگر نمی تواند از دیگ بیرون بپرد. اما اگر قورباغه را از ابتدا درون آب جوش بگذارید، فوراً بیرون خواهد جهید.

این مسأله در مورد انسان‌ها هم صدق می‌کند. وقتی دچار گرفتاری می‌شویم، ترجیح می‌دهیم مشکلاتی که هنوز کوچک هستند را تحمل کنیم و این مسأله آن قدر ادامه پیدا می‌کند که وضعیت به بدترین حالت ممکن می‌رسد. روابط ناخوشایند و شغلی که به آن بی‌علاقه هستیم، از جمله تله‌هایی هستند که به‌خاطر بی‌میلی به تغییر وضعیت، گرفتار آن‌ها می‌شویم. در واقع به وضعیتمان عادت می‌کنیم و دیگر متوجه وخامت آن نمی‌شویم.

عادت کردن به شرایط، یکی از راهکارهای دفاعی انسان برای کنار آمدن با مصیبت‌ها و فقدان‌هاست، اما باید حواسمان باشد به چه مسایلی عادت می‌کنیم، زیرا برخی عادت‌ها به ما آسیب می‌زنند و ترکشان دشوار است.

برخی افراد، جنگ نرم را نیز مصداقی از این موضوع می‌دانند و معتقدند غربی‌ها سال‌هاست که با حرکتی خزنده به‌منزله‌ها با لایروبی تدریجی دمای آب، سعی دارند سبک زندگی خود را در قالب عادت کردن تدریجی، به مردم کشور ما تحمیل کنند.

این سکه یک روی دیگر هم دارد. مردمی که به آرامی، اسیر جنگ نرم شده و هویت خود را بیازند، می‌توانند همان مردمی باشند که در جنگ با مشکلات و نابرابری‌ها و بی‌عدالتی‌های روزمره که اندک‌اندک به آن‌ها تحمیل شده است، حساسیت خود را از دست داده و دیگر قادر به اعتراض نباشند.

نمی‌شود از مردم توقع داشت که همواره در برابر حرکات خنذه دشمنان، هوشیار باشند اما همزمان با آن، در برابر کم‌کاری و بی‌تدبیری مسئولان، واکنشی نشان ندهند و از ترس متهم تشدن به اخلاف و آشوب و هزار برچسب دیگر، اعتراض نکنند.

به جای آن که همیشه انگشت اتهام را به طرف مردمی بگیریم که با دیدن ارقام اختلاس ها و وضع مالی آقا زادها و فساد و ارتشا و مقایسه آن با خودشان که برای تهیه میحتاج روزمره زندگی هم کم آورده اند، جوش می آورند، بهتر است حواسمان به دمای آب باشد. مردم آن قدرها هم خونسرد نیستند و تحملشان اندازه ای دارد. آن ها به هر وضعیتی عادت نمی کنند.

ضمیمه جامعه روزنامه اطلاعات هر دوشنبه منتشر می شود.  
از مطالب، پیشنهادها و انتقادات شما استقبال می کنیم.

**Email:jameettelaat@gmail.com**

تلفن: ۰۲۹۹۹۳۳۱۰

## تماشاخانه



● عکس ارسالی از گودرز گودرزی

معلوم نیست کتاب منگنه می کنند یا درخت!



## ترک عادت همه گر زهر بود دشوار است



● مرضیه سلیمانی

اما جهان.

جهان آدمی بود فوق العاده دراز. لاغر نبود اما انگار از زور درازی تا شده بود. دماغش هم دست کمی از قدش نداشت، دراز و قوزی. موهای سرش تُک بود و دستهایش تا سر زانوهایش می‌رسید. مثل عروسک‌های پارچه‌ای راه می‌رفت و خم و راست می‌شد.

خانه مش‌ولی چسبیده به خانه ما بود اما درفش از کوچه پشتی باز می‌شد. به این ترتیب، نیم‌طبقه‌ای که در پشت‌بام برای توران و جهان ساختند، از طریق پشت‌بام به خانه ما وصل می‌شد. این بود که توران برای آن که عصرها به خانه ما بیاید، لازم نبود کوچه را دور بزند و زنگ در خانه را فشار بدهد. خیلی راحت، از راه پشت‌بام به خانه ما رفت و آمد می‌کرد. حتی وقتی بچه اولش را حامله شد، مادرم هم که گاهی از راه همین پشت‌بام برایش آش آلو و چیزهای دیگر می‌برد. اما تا وقتی آن نیم‌طبقه آن‌جا بود، رفتن به پشت‌بام برای ما بچه‌ها -چه پسر و چه دختر- قذغن بود.

توران آن قدر حالت تهوع داشت که آب هم از گلویش پایین نمی‌رفت. فقط چند قاشق از همین آش آلو می‌خورد و یک‌سره گوشه خانه افتاده بود. اما وقتی پسرش به دنیا آمد، خیلی زود رنگ و رویش برگشت و حالش جا آمد.

بچه را مملی صدا می‌کردند و تا وقتی که راه افتاد و زبان باز کرد، همه چیز خوب و عادی پیش می‌رفت. اما وقتی توران بچه دومش را حامله شد و کماکان از اصفهان و سهم‌الارث خبری نرسید، کم‌کم اخلاق و رفتار جهان عوض شد. تا آن موقع جهان کاری به کسی نداشت، صبح -به جای مش‌ولی که باز نشسته شده بود- به کارخانه پنبه می‌رفت و غروب برمی‌گشت. اما انگار جور نشدن کارها در اصفهان و عیالوار شدنش، حکم کشیدن ماشه را داشت. موقع صدا کردن مملی الفاظ رکیک به کار می‌برد و با او بازی و شوخی می‌کرد. اما وقتی مملی با زبان کودکانه آن عبارات را تکرار می‌کرد، قلقل در دهانش می‌ریخت.



این‌ها را ما وقتی فهمیدیم که علت جیغ و فریادهای مکرر مملی را از توران جویا شدیم. توران با صبوری و با راهنمایی‌های مادرم و زینت‌خانم، این عادت جهان را به اصطلاح از سرش انداخت. اما انگار سیم‌پیچی جهان به هم ریخته بود، چون این عادت بد را با عادت بد دیگری جایگزین کرد.

غروب‌ها یک زنجیر استیل دراز به دستش می‌گرفت و می‌رفت سر خیابان می‌ایستاد و آن قدر زنجیر را در دستانش می‌چرخاند که هوا تاریک می‌شد و برمی‌گشت به خانه. ظاهراً به کار هیچ‌کس هم کاری نداشت اما مردم محل، بعد از یکی دو هفته مدارا رفتند سراغ مش‌ولی.

این‌بار هم با پادرمیانی مش‌ولی و عزّ و التماس زنش، جهان از کوچه و خیابان جمع شد. در همین حیض و بیض دخترش به دنیا آمد و خواهی‌نخواهی دوسه ماهی سرش گرم زندگی بود. اما بعد از آن، باز هم توران ماند با عادت‌های عجیب و غریب دیگری که یکی یکی از جهان سر می‌زد. تا این‌جا کار البته موضوع ارتباط چندانی با ما نداشت یا اگر داشت، مستقیماً به ما مربوط نمی‌شد.

\*\*\*

یکی از شب‌های تابستان، بالاخره تختی که پدرم شروع به ساختن کرده بود، تمام شد. تخت قهوه‌خانه‌ای بزرگ را وسط حیاط و زیر سایه داربستِ مو گذاشتیم. رویش قالیچه‌ای انداختیم و شام را همان‌جا خوردیم.

موقع خواب، برسر این که دخترها روی تخت بخوابند یا پسرها، بحث در گرفت. پسرها در آن بحث پیروز شدند. ما تقاضای گل یا پوچ کردیم. در این‌جا هم آن‌ها برنده شدند. اما ما با استفاده از رانت دختر دوستی پدر، به او متوسل شدیم.

مطابق حکم نهایی که پدر صادر کرد قرار شد دخترها روی تخت و در هوای خنک، زیر درختان بخوابند. آن شب من و خواهرم، بعد از پنج‌پنج‌های فراوان، دیروقت خوابمان بُرد. من طبق معمول، صبح زود بیدار شدم و به محض این که یادم افتاد روی تخت و زیر سایه درختان هستم، چشمانم را بستم و مشغول خیال‌بافی و رویاپردازی شدم.

نمی‌دانم چقدر در آن حالت بودم. نفس‌های عمیق می‌کشیدم و دستانم را از دوطرف باز کرده بودم تا به خیال خودم عطر و طراوت صبحگاهی را در آغوش بگیرم. در یک لحظه احساس کردم کسی پاورچین پاورچین راه می‌رود. بعد پشت پلک‌های بسته، سایه کسی عبور کرد. سریع چشم باز کردم و وقتی دیدم که جهان لبه پشت‌بام نشسته و به من و خواهرم زل زده است، صاف سر جایم نشستیم.

جهان رفت و مادرم به همراه زینت‌خانم به خانه آن‌ها رفت تا او را گوشمالی بدهد. اما جهان به کلی منکر ماجرا شد. مادرم برگشت و خوابیدن ما دخترها در حیاط، تا اطلاع ثانوی ممنوع شد. یکی دو بار دیگر این داستان تکرار شد اما جهان هربار برای کارش بهانه‌ای می‌آورد.

کم‌کم کار بیخ پیدا می‌کرد. یک‌شب بعد از شام، به اشاره مادرم عادت جدید جهان را برای برادرهایم موشکافی کردم. برادر کوچکم سرخ و عصبانی از جایش بلند شد تا به قول خودش حق جهان را کف دستش بگذارد اما برادر بزرگم او را آرام کرد و به ما گفت نگران نباشیم، چون به‌زودی مشکل حل می‌شود.

یک هفته بعد، نزدیک غروب، وقتی هندوانه‌های محبوبی را داخل حوض می‌گذاشتم تا خنک شوند، زنگ خانه به صدا درآمد. و این طلیعه ورود تمام اولاد ذکور -از خانواده پدری و مادری- بود. پسرها به اتفاق برادرهایم به اتاق پشتی رفتند و یک ساعت بعد، مصمم و خندان بیرون آمدند.

آن شب پسرها در خانه ما ماندند. به من و خواهرم هم گفتند در حیاط و روی تخت بخوابیم. ما خوشحال از رفع محدودیت، تشک‌هایمان را روی تخت انداختیم و مشغول حرافی شدیم. راستش من توی دلم کمی هراس داشتم، به خاطر همین درست و حسابی نخوابیدم. از ترس نگاه‌های خیره جهان هوشیار بودم.

نیمه‌های شب دیدم که پسرهای یکی یکی و در نهایت سکوت به پشت‌بام رفتند و هر کدام در گوشه‌ای پنهان شدند. نزدیکی‌های صبح، خستگی غلبه کرد و هر چه کردم نتوانستم بیدار بمانم. اما تازه چشمانم گرم می‌شد که با فریادهای «غلط کردم» جهان از جا پریدم. پسرها روی پشت‌بام دوره‌اش کرده بودند و وقتی دیدند من و خواهرم به آن‌ها نگاه می‌کنیم، اشاره کردند که به داخل ساختمان برویم.

\*\*\*

از آن روز به بعد، دیگر جهان را ندیدیم. انگار در آن خانه فقط توران و دوفرزندش زندگی می‌کردند. یک‌سال بعد هم از آن محل رفتند. توران به مادرم گفته بود سهم‌الارثش را گرفته. اما از خانه حیاطدار و ویلایی بیزار است.

همیشه به این موضوع فکر می‌کردم که چرا مش‌ولی این قدر پیر و فرتوت است اما زینت‌خانم - با وجود این که از زیبایی بهره‌ای ندارد - جوان و سر حال مانده. مش‌ولی و زینت‌خانم چندسالی بود به محله ما آمده بودند. آن‌ها سه دختر داشتند. یعنی من این طور فکر می‌کردم. اما آن شبی که زینت‌خانم به خانه ما آمد و کلیدهای خانه‌اش را به مادرم داد، فهمیدم پای بچه‌های بیشتری در میان است. زینت‌خانم گفت آقا شوقی را خبر کرده‌اند که صبح سحر بیاید و با ماشینش آن‌ها را به اصفهان ببرد. قرار بود عقد و عروسی پسر کوچک مش‌ولی را همان‌جا برگزار کنند و برگردند. بعد، گل‌ها و گلدان‌های عزیزش را به مادرم سپرد و رفت. مادرم هم خیلی عادی و خونسرد سفر به خیری گفت و راهی‌اش کرد.

به محض این که زینت‌خانم رفت، ما جلسه علنی محاکمه را شروع کردیم و بالاخره هم آن قدر اصرار کردیم که مادر با یکی دو جمله سر و ته قضیه را هم آورد. گفت که همسر مش‌ولی با داشتن دو پسر کوچک به رحمت خدا می‌رود. مش‌ولی هم که از پس ضبط و ربط پسرها بر نمی‌آید، با زینت‌خانم ازدواج می‌کند که با عمه‌اش زندگی می‌کرده، چون عمه‌اش بچه‌دار نمی‌شد اما زینت به همراه پدر و مادر و هفت خواهر و برادر دیگرش در خانه‌ای کوچک زندگی می‌کرد.

زینت‌خانم پسرها را سروسامان داده و از آب و گل در آورده. وقتی پسر اول، یعنی مصطفی، ازدواج می‌کند، اولین دختر زینت به دنیا می‌آید. با تولد دختر سوم، یکی از آشناهای مش‌ولی در کارخانه پنبه هیدروقیل تهران کاری برایش دست و پا می‌کند. موضوع را با زینت و پسرهایش در میان می‌گذارد. همه موافق بوده‌اند جز پسر کوچک که در نهایت تصمیم می‌گیرد در اصفهان و در خانه مادر بزرگش بماند. حالا هم قرار است ازدواج کند.

\*\*\*

وظیفه شیرین آب دادن به گلدان‌های زینت‌خانم به من محول شد. من ضمن آب دادن به گل‌ها، به سرنوشت و سرگذشت عجیب این خانواده فکر می‌کردم و هر بار که از آن خانه بیرون می‌آمدم، ماحصل تفکرات و تصوراتم را در قالب یک گزاره جمع‌بندی می‌کردم. اما روز آخری که به گل‌ها آب دادم و درب خانه را پشت سرم بستم، هر چه کردم، نتوانستم به یک نتیجه قطعی برسم. انگار یک جای کار می‌لنگید.

زینت‌خانم که برگشت، به مادرم گفت قرار شده جهان، داماد سرخانه بشود. گفت عروس، آخرین فرزند و تنها دختر خانواده است که با پدرش در یک خانه دزدشت زندگی می‌کند. دوسه سالی گذشت. خبر آوردند که پدر عروس بیمار شده و می‌خواهد قبل از این که دیر شود، سهم‌الارث بچه‌هایش را بپردازد. به همین خاطر تصمیم گرفته خانه را بفروشد.

زینت‌خانم می‌گفت فعلاً در طبقه بالای خانه خودمان یک نیم‌طبقه برایشان می‌سازیم. بعد آن‌ها با سهم‌الارثشان، در تهران یا اصفهان، هر کاری خواستند می‌کنند. و این گونه بود که پای جهان و توران به محله ما و کمی بیشتر از آن - به خانه ما - باز شد.

\*\*\*

توران زن خوبی بود. قد متوسط و اندام ورزیده‌ای داشت. خیلی زود با خانواده ما اخت شد و رفت و آمد را شروع کرد. من عاشق لهجه‌اش بودم و وقتی عصرها با یک بشقاب پراز گوجه‌سبز و خیار قلمی به خانه‌مان می‌آمد، سعی می‌کردم لهجه شیرینش را تقلید کنم و سر به سرش بگذارم. او هم هردفعه خنده کشداری می‌کرد. بعد خودش بلند می‌شد بساط سماور و چای را راه می‌انداخت.

می‌گفت مادرم را مثل مادر خدایم‌رز دوست دارد و من و خواهرم هم مثل خواهرهای نداشته‌اش هستیم. از برادر البته کم و کسری نبود اما چندان دل خوشی هم از آن‌ها نداشت. خلاصه، با توران به ما خیلی خوش می‌گذشت.



• زمرد زرکش

افراد بشر هم دارای عادات خوب و هم دارای عادات بد و نکوهیده هستند. اگر بخواهیم به این بحث بپردازیم در ابتدا باید تعریفی از عادت داشته باشیم. عادت، به رفتار و عکس‌العملی که به‌صورت منظم در یک شخص اتفاق می‌افتد اطلاق می‌شود. وقتی رفتار به‌شکل عادت در آمد به‌راحتی قابل انجام است و در واقع این رفتار یک نوع احتیاج و میل است که فرد را ارضا می‌کند و اگر تکرار آن، رضایت فرد را فراهم کند میل به تکرار آن بیشتر می‌شود. دو نوع عادات وجود دارد، عادات خوب و پسندیده و عادات بد و نکوهیده. اگر فرد به عادات بد خو بگیرد زندگی خود و جامعه را مختل می‌کند. براساس پژوهش‌ها، رفتارشناسان به این نتیجه رسیده‌اند که شکل‌گیری عادات همان تبدیل رفتارهاست که منجر به ایجاد یک عادت می‌شود. یک رفتار حدود یک‌ماه باید انجام شود تا یک عادت شکل بگیرد و بعد از چهار هفته بدن و مغز به آن شرایط عادت می‌کنند. برای مثال ورزش کردن را اگر به مدت چند هفته انجام دهید تبدیل به یک عادت می‌شود و به‌تدریج عادت ورزش کردن شکل می‌گیرد. حال اگر این رفتارها و عادات ناپسند به‌صورت گروهی شکل بگیرد می‌تواند نه‌تنها برای فرد بلکه برای جامعه آسیب‌زننده باشد. در گفتگو با دکتر سلمان قادری، جامعه‌شناس و پژوهشگر، به شناسایی این عادات و راهکارهای ترک آن‌ها پرداختیم.

#### نقش عوامل اجتماعی در ظهور عادات ناپسند

در هر جامعه عادات بد و نکوهیده وجود دارد و برای ترک این عادات یا کمرنگ کردن آن‌ها باید با نگاه جامعه‌شناختی به آن بپردازیم. ما درواقع با پدیده‌های اخلاقی مواجه هستیم، علم اخلاق یعنی مواجهه با معامله با یک امر محترم یا مقدس. عادات ناپسند یا اخلاقیات نکوهیده درواقع حاصل عوامل متعدد اجتماعی هستند، یعنی ساختارها و فرآیندهای اجتماعی مانند وضعیت تاریخی، اقتصادی، تصمیم‌گیری‌های سیاسی، نظام مدیریتی، نظام آموزشی و عوامل خانوادگی و فردی در بروز این عادات اثر گذار هستند.

اگر بخواهیم به‌شکل تیتروار اشاره کنیم، یکی از عادات ناپسند در جامعه ما دروغ‌گویی است و این مسأله با استناد به پژوهش‌های علمی و سبقه تاریخی قابل اثبات خواهد بود که متأسفانه عادت ناپسندی هم هست و رواج دارد؛ هم دروغ‌های مصلحتی هم دروغ‌های غیرمصلحتی و کلابرداری‌هایی که امروز شاهد بسیاری از آن‌ها هستیم. این عادت ناپسند می‌تواند زمینه‌ساز بسیاری از آسیب‌های اجتماعی و عادات بین فردی باشد.

مورد دوم تملق و چاپلوسی است که افراد به‌خاطر مقاصد مختلف و شرایطی که در آن قرار دارند از آن استفاده می‌کنند. متأسفانه تملق و چاپلوسی در جامعه ما بسیار رایج است. این ویژگی در هر جامعه‌ای می‌تواند آسیب‌زننده باشد و افرادی که ارزش چندانی ندارند با چاپلوسی دیگران بالا برده می‌شوند و به اوج می‌رسند. اثری که این عادت نکوهیده دارد آن است که افراد بیشتر اوقات این تملق و چاپلوسی را باور کرده و آن را نهادینه می‌کنند؛ یعنی افراد متملق، عده‌ای را به عرش می‌رسانند و این افراد اگر باورشان شود، اثرات مخرب و زیانباری برای جامعه خواهد داشت.

از دیگر عادات ناپسند که فراگیر نیز هست، مصرف‌گرایی و چشم و چشمی است که در همه عادات زندگی ما وجود دارد. متأسفانه جامعه ما یک جامعه مصرف‌گراست که افراد آن سعی می‌کنند برای هر چیزی که نیاز دارند از بهترین و گران‌ترین برندها استفاده کنند و این مسأله در همه ابعاد زندگی دیده می‌شود، حتی در مسائل آموزشی و تحصیلی.

بسیاری از اوقات می‌توان در تغییر بدن و توجه بیش از حد به ظواهر فیزیکی نیز این امر را مشاهده کرد که از مسائل عمده جامعه به‌شمار می‌رود و به صنعت تبدیل شده است. صنعت زیبایی و مد که می‌تواند بخشی از صنعت مصرف‌گرایی در جامعه باشد، حاصل یک نوع نظام غلط اجتماعی است.

مصرف‌گرایی و عادت به خرید کردن در مسائلی که حتی می‌تواند غیرضروری هم باشد بسیار به‌چشم می‌خورد. بتا سینگر، یکی از دانشمندان علم اخلاق، معتقد است درحالی‌که در جهانی زندگی می‌کنیم که میلیاردها نفر در آن زیر خط فقر زندگی می‌کنند، غیر اخلاقی است که به تجملات و وسایل لو کس رو بیاوریم. اما در جامعه ما مصرف‌گرایی متأسفانه تبدیل به فرهنگ شده و در تمام ابعاد زندگی وجود دارد.

ویژگی دیگر ما ایرانی‌ها طبعی جلوه دادن ریاکاری و عدم صداقت است. ریاکاری در همه ابعاد بسیار طبیعی و عادی شده و قبح این مسأله ریخته و افراد ربا می‌کنند تا به اهداف کوتاه‌مدتشان برسند و خودشان را خوب جلوه بدهند. افراد برای این که بتوانند امتیازاتی را به‌دست بیاورند، ریا می‌کنند و وقتی در یک جامعه ریاکاری تبدیل به یک امر بهنجار و عادی شود، صداقت از آن جامعه رخت برمی‌بندد. در نتیجه افرادی که ریاکار هستند با چاپلوسی و تملق می‌توانند مدارج بالا را به‌دست بیاورند و افراد لایق به‌حاشیه رانده می‌شوند.

یکی دیگر از عادات ناپسند ما، دسترسی آسان به مواد تغییردهنده خلق و خوست. بعضی افراد برای تغییر دادن خلق خود و برای این که خودشان را بهتر جلوه بدهند یا به‌عبارتی شخصیتی را که دوست دارند باشند، از خودشان به‌نمایش بگذارند از موادی مانند تریاک یا مسکن‌ها و آرام‌بخش‌هایی استفاده می‌کنند که ارتباط مستقیم با اعتیاد دارند. برخی افسراد، زمانی‌که رنج یا حتی مشکل کوچکی را تجربه می‌کنند به‌سرعت به سمت مسکن‌ها، سیگار و مخدرهایی مثل تریاک و ترامادول می‌روند و عملاً تاب و توان تحمل درد و رنج را ندارند. دسترسی آسان به مواد تغییردهنده خلق هم تبدیل به یک عادت شده و بالا رفتن میزان استفاده از این مواد عامل افزایش اعتیاد می‌شود و آثارهای رسمی نیز این روند رو به‌رشد را تأیید می‌کند.

#### عادات ناپسند، زمینه‌ساز آسیب‌های اجتماعی

## عادت‌های ناپسند ما ایرانی‌ها



یکی دیگر از ویژگی‌های نکوهیده جامعه ما که بسیار مهم و قابل تأمل است شکاف بین نسل‌هاست. متأسفانه والدین حرف بچه‌ها را متوجه نمی‌شوند و تغییرات موجود را درک نمی‌کنند و فرزندان هم درکی از الگوهای رفتاری و ارزش‌ها و هنجارهای والدینشان ندارند. همین مسأله باعث شده مشکلات عمده‌ای بین والدین و فرزندان پیش بیاید و تعارض‌های خانوادگی افزایش پیدا کند. والدین دهه‌های ۴۰ و ۶۰ ارزش‌هایی دارند که برایشان بسیار مهم و قابل توجه است و فرزندان دهه ۷۰ و ۸۰ به‌خاطر تجربه شرایط عجیب و غریب در جامعه و تغییرات وسیعی که در این دوسه دهه به‌وجود آمده، درکی از شرایط و ارزش‌های پدر و مادر ندارند و همین مسأله باعث ایجاد تعارض و از خودگیانگی شده که به ایجاد این نوع شکاف کمک می‌کند و متأسفانه روز به‌روز درحال افزایش است.

یکی دیگر از عادات ناپسند جامعه که به‌شدت گریبان‌گیر بسیاری از افراد شده، خشونت است و این خشونت روز به‌روز هم بیش‌تر رشد می‌کند. خشونت کلامی، غیر کلامی، بدنی و حتی فکری در جامعه بسیار به‌چشم می‌خورد. جامعه ما اصولاً جامعه خشنی است، مردم خیلی سریع از کوره در می‌روند، پرخاش می‌کنند، به‌شدت واکنش نشان می‌دهند و سریع بدون کوچک‌ترین صبری حمله می‌کنند. آمر خشونت‌ها براساس گزارش‌های رسمی بالا رفته است، زیرا خودباوری اجتماعی بسیار پایین آمده و مردم در برابر مسائل کوچک نیز خشمشان را ابراز می‌کنند. مهارت کنترل خشم بسیار کم شده و همین مسأله عواقب جدی به‌دنبال داشته که نمونه بارز آن افزایش خشونت‌های خانگی است که باعث گسترش جرم در جامعه می‌شود.

یکی دیگر از ویژگی‌های نکوهیده اجتماعی، نیاز به آبی بودن و در دسترس بودن امکانات است. امروزه افراد مایلند به‌سرعت به امکانات کوتاه‌مدت دسترسی پیدا کنند و این مسأله بسیار مهم و قابل تأمل است، به این معنا که باعث

این امر اجازه بروز احساسات را به فرزندان این خانواده‌ها نمی‌دهد، درحالی که هر فرد باید بتواند احساسات مثبت و منفی خود را ابراز کند. خانواده‌هایی هستند که خشونت دارند و در خانواده‌های خشن هرگز فرزندان سالمی پرورش پیدا نمی‌کنند. از دیگر آموزش‌هایی که برای ترک عادات ناپسند باید در نظر گرفته شود، آموزش معنادار بودن و هدفدار بودن و داشتن برنامه در زندگی است. برای ترک عادات مخرب در کودکان و نوجوانانمان باید این مسأله را به آن‌ها آموزش دهیم که زندگی هدفمند و معنادار است و با ایجاد هدف باعث ایجاد انگیزه در کودکان و نوجوانان شویم تا بتوانند رشد کنند و به‌سمت تغییر بروند.

از دیگر راهکارها آموزش شجاعت است. مسأله شجاعت در جامعه ما مورد غفلت قرار گرفته است، به‌ویژه در دهه‌های ۷۰ و ۸۰ شجاعت به‌معنای داشتن یک زندگی پاکیزه است، یعنی پرهیز از زیاده‌طلبی و نگاه کردن به داشته‌های خود که مسأله بسیار مهمی است. ما باید ضمن پرهیز از داشتن نگرش منفی، به چیزی که داریم قانع باشیم. بسیاری از اوقات لازم است به خودمان فکر کنیم و بپردازیم. این امر تنها با آموزش حل نمی‌شود و باید در رسانه‌ها فرهنگ‌سازی شود، البته در معنای درست آن.

از دیگر راهکارها آموزش تواضع است، به این معنا که به کودکانمان یاد دهیم خودشان را برتر از دیگران ندانند و در برابر خلق خدا و آفریدگان خدا متواضع باشند. این امر بسیار کمک‌کننده است و می‌تواند برای ترک بسیاری از ویژگی‌های ناپسند اجتماعی راه‌گشا باشد.

از دیگر راهکارهای مثبت، ترویج و تقویت کارهای نیکوکارانه و خیرخواهانه به کودکان و نوجوانان است. این مسأله از دوران کودکی و خردسالی باید ابتدا توسط خانواده، بعد مدرسه و سپس جامعه آموزش داده شود تا کودکان و فرزندان یاد بگیرند کار نیک چه کاری است و چطور می‌توانند به همنوعانشان کمک کنند و درقبال این کمک انتظار خاصی نداشته باشند. تقویت این ویژگی می‌تواند کمک کند که بسیاری از مشکلات کاهش یابد.

این که افراد خودشان را برتر ندانند باعث می‌شود بتوانند با آموزش، عادات ناپسندی را که در آن‌ها وجود دارد کم‌کم ترک کنند و از خودخواهی به‌سمت دیگر خواه بودن بروند. با آموزش می‌توانیم به این اهداف برسیم و پذیرفتن مسئولیت اجتماعی را تقویت کنیم، به فکر دیگران بودن و قدم بر مینت خود گذاشتن باعث می‌شود از خودمحوری فاصله بگیریم. در جامعه‌ای که آموزش دیگر خواه بودن داده شود، افراد از طمع و آزمندی پرهیز خواهند کرد. چون طمع آمد هنر پوشیده شد. صد حجاب از دل به سوی دیده شد طمع و آزمندی منجر می‌شود به این که آدم‌ها دچار اجتماع را بیاوریم.زند. آن‌ها باید بدانند عمل به قانون یک ارزش است و هیچ‌ک حق ندارد فراتر از قانون عمل کند. قانونمندی در همه ابعاد زندگی از قوانین خانواده گرفته تا قوانین راهنمایی-رانندگی باید به کودکان و نوجوانان آموزش داده شود. همین قانونمندی می‌تواند بسیاری از عادات ناپسند مثل خودمحوری را کاهش دهد.

از دیگر راهکارها، آموزش مهارت‌های زندگی و فرزندپروری است که اهمیت بسزایی دارد. مهارت‌هایی مثل برقراری ارتباط، تصمیم‌گیری، حل مسأله، مقابله با هیجانات و تفکر خلاق باید از کودکی آموزش داده شوند، زیرا نوجوانان و افرادی که این آموزش‌ها را می‌بینند در مواقع لزوم بهتر می‌توانند خود را کنترل کرده و تصمیم بگیرند و خود به‌خود بسیاری از عادات ناپسندشان تغییر می‌کند.

راهکار دیگر، آموزش مهارت‌های فرزند پروری به والدین است. چالش‌ی که در حال حاضر در جامعه ما وجود دارد این است که بسیاری از خانواده‌ها به‌خاطر سبک غلط تربیتی، تبدیل به خانواده‌هایی معتاب‌پرور شده‌اند و روش‌های غلط تربیتی خواهانشان فرزند را به‌سمت انواع اعتیاد و به‌مواد اعتیادآور مثل شیشه، گل و مواد مخدر روی می‌آورد. یعنی تاب و تحمل ندارند و سعی می‌کنند از روش‌های غیرقانونی برای رسیدن به اهدافشان استفاده کنند.

مادی‌گرایی و واکنش‌گرا بودن یکی دیگر از عادات ناپسند است که منجر به نداشتن روابط خوب و صمیمانه می‌شود. بسیاری از عوامل فوق، زمینه‌ساز دور شدن افراد از هم شده است.



• گودرز گودرزی

کلاس سوم ابتدایی بودم و سومین روز سال تحصیلی بود که خانم معلم، کتاب توی دشت را بست و جلو میز من ایستاد. خم شد و نگاهش را دوخت به لب‌هایم. هم‌همیزی‌هایم خوششان را کمی جابه‌جا کردند. سرم را پایین انداختم. صدایش را شنیدم که گفت: سر تو بگیر بالا ببینم!

نمی‌دانستم دنبال چه چیزی است. از نگاهش هم می‌ترسیدم و هم خجالت می‌کشیدم. دوباره خواستم سرم را زیر بیندازم که نوک انگشتانش را گرفت زیر پانچام. حس کردم حرارت دستش، تمام بدنم را گرم می‌کند. چشم‌هایم را به سمت دیگری چرخاندم. باز صدایش را در گوش‌هایم شنیدم که گفت: نه! لبشکری نیستی. «لبشکری». برای اولین بارم بود که اصطلاح لبشکری را می‌شنیدم. خوشم آمد. با همان حس خوش، نوک زبانت را به وسط لب پایینی‌ام کشیدم که خانم معلم با تحکم گفت: زبون زن!

فوری زبانت را در دهان پنهان کردم و لب‌هایم را روی هم گذاشتم. شوری آشنای ملایمی در دهانم حس کردم. اخم در چهار گوشه صورت خانم معلم نشست. گفت: مگه وازلین نمی‌زنی؟ داره خون می‌آد!

پیش از آن که چیزی بگویم، با پشت دست، خون‌های لبم را پاک کردم و بعدش گفتم: خانم اجازه! همیشه نه. چون می‌خوریم، مریض می‌شیم!

– همیشه نه یعنی چه وقایعی؟

از زیر میز، این لنگه کشم را گذاشتم روی آن لنگه دیگری و به کتابم نگاه کردم و جواب دادم: شبا، وقتی می‌خوابم بخوابیم. دیگه تو خواب حواسمون نیست!

سرش را روی شانهٔ چپش کچ کرد. موهای آن طرف سرش بلندتر شدند. گفت: روزها من بزن، مخصوصاً وقتی از خونه می‌زنی بیرون. به چیزی هم بگیر جلو دهنت تا باد به لب‌ت نخوره. دوباره پشت دستم را به لبم زدم. خانم معلم یک‌قدم عقب رفت و گفت که بروم دستم را بشویم. کلاس آن‌قدر ساکت بود که برای چند لحظه‌ای فکر نمی‌کردم توی دستان باشم. \*\*\*

یادم نمی‌آید از چه زمانی شروع کردم به خوردن لب پایینی‌ام؟ با دندان می‌فکادم به جانش و پوستش را می‌کندم و می‌خوردم. هرچه پدر و مادر و بی‌های‌ام توی گوشم می‌خواندند و بعدش می‌زدند روی دستم، بی‌فایده بود. کتکن پوست لبم شد عادت و مگر می‌توانستم آن را ترک کنم؟ مثل این بود که به من بگویند نفس نکشم!

همین عادت لب‌خوردن، باعث گردید وسط لبم زخم بشود و قاج بردارد و همیشهٔ خدا- بمویژه در روزهای سرد و خشک پاییز و زمستان- از جای زخم، خون بیرون بزند. همین که لب‌باز می‌کردم تا چیزی بگویم یا بخورم یا بخندم، ترک لبم دهان‌باز می‌کرد و مزهٔ خون می‌رفت زیر زبانت و چندشم می‌شد. نه وازلین و نه ضماد‌های محلی که بی‌بی با دست‌های خودش درست می‌کرد، از پس چاک لبم بر نمی‌آمدند و نمی‌توانستند زخم را خوب کنند. قرار بود مرا به دکتر ببرند که بی‌بی گفت: دکتر بسا چی نه؟ مگه پولتون زیادی می‌کنه؟

ضماد‌های من زخم گاو رو خوب می‌کنه، زخم لب این فسقلی که جای خود داره. این بچه فقط نباید لیشو بخوره؛ همین!

وقتی بچه‌ها و دوستانم به‌جای این که به چشم‌هایم نگاه کنند، بیش‌تر به قاج وسط لبم خیره می‌شدند و حرف می‌زدند، حالم بدجوری بد می‌شد. بزرگ‌ترهای خانواده هر چه کردند نتوانستند این عادت را از سرم بردارند؛ بی‌بی شب‌ها توی خواب، پودر فلفل روی لب می‌ریخت. مادرم با انبر، پشت دستم می‌زد. پدرم موقع فعالیت ناخودآگاه لب‌خوری، گوشم را می‌پیچانند. همه و همه اما زورشان به عادت‌م نمی‌رسید. چند دقیقه‌ای به عادتم زخم تفریح می‌دادم و استراحت، بعد روز از نو، روزی از نو! البته با روی حق نگذارم، گاهی وقت‌ها که خودم را توی آینه روی تاقچه اتاق می‌دیدم و نگاهم که به زخم لبم می‌افتاد، از خودم خوشم نمی‌آمد. این وقت‌ها بود که دست از لبم می‌کشیدم و بی‌بی چاره را به یک سری ویژی‌ها و امتیازات چشم‌پوشی کنیم. نکته بعد این که عادات خوب را باید جایگزین عادات بد کنیم و با آموزش درست و فرهنگ‌سازی می‌توانیم به حد هنوز چیزی نشده قول و قرارها پاک از یادم می‌رفت.

### اندیشه

حالا با گذاشته‌ام به مدرسهٔ راهنمایی. نگاه بچه‌ها و معلم‌ها جور دیگری است. آدم خیال می‌کند که دیگر بچه نیست و بزرگ شده است. روی این حساب برایشان خوشایند نیست که شاهد ترک همیشه‌خونی لب هم کلاسی و دانش‌آموزشان باشند. ولی باید چه کار کرد؟

وسطاهای درس بودیم که آقای معلم از کنار تخته‌سیاه گفت: داری چی کار می‌کنی؟ برو دهنتو بشو!

خندهٔ بچه‌ها توی گوشم پیچید. چیزی به زنگ تفریح نمانده بود که آقای معلم روبه‌روی میزم ایستاد و از من خواست که بایستم، همین که پا شدم، پنجه‌چی کرد و با اخم گفت: چیه که هی اونو می‌خوری؟... نگاه کن! ببین چه به روز لبش آورد!

اخم آقای معلم پررنگ‌تر شد: تا حالا چندبار بهت تذکر دادم که دیگه این کارو نکنی؟

نگاهم را روی کتاب خودم و کتاب‌های هم‌همیزی‌هایم ریختم. صدای معلم بلند شد: به من نگاه کن!

دیدم دارد با ابروهای درهم‌کشیده براندام می‌کند. نگاهش آن قدر تیز بود که شروع کردم به ارزیدن. پیش خودم گفتم «الانه که جلو بچه‌ها به کتک جانانه بزنم!» که ناگهان لبهٔ تیز نگاهش را از صورت من برداشت و رو به بچه‌ها کرد و پرسید: کدومتون لب خودشو می‌خوره؟ کدومتون ناخن خودشو می‌خوره؟



چند صدا با هم گفتند: آقا! محسنی!

سرم را چرخاندم تا محسنی را ببینم.

– خب، حالا هم امیدی و هم محسنی به ما می‌گن که خوردن لب و ناخن چه مزایایی داره؟ شاید ما نمی‌دونیم! شاید بعد از این که گفتن، ما هم شروع کردیم به لب‌خوردن و ناخن‌خوردن! همه‌م در کلاس موج برداشتم. اما با هشتاد سالم، کلاس دوباره در سکوت فرو رفت: اول تو بگو محسنی! برامون بگو که ناخن‌خوردن چه لطفی داره؟

محسنی با آن غنجب زیر چانه‌اش فقط من و من می‌کرد. توی دلم بهش خندیدم. هنوز خنده‌توی دلم قیلی‌ویلی می‌کرد که شنیدم آقای معلم گفت: تو بگو امیدی! برامون تعریف کن که خوردن پوست لب چه مزای می‌ده؟

این را پرسید و رفت روی صندلی‌اش نشست. هم او و هم کلاس، یک‌پارچه گوش شدند تا جواب مرا بشنوند. اما من چه جوابی می‌توانستم داشته باشم؟ دیدم محسنی حق داشت که به جای جواب، من و من می‌کرد.

آیا او و همهٔ کلاس توی لشتان به من نمی‌خندند؟

چند دقیقه بعد آقای معلم از روی صندلی برخاست و رو به کلاس ایستاد و بس از این که به من و محسنی اشاره کرد بنشینیم، گفت: دیدین بچه‌ها! چیزی نداشتن که بگن. عادت بدی پیدا کردن که باید اونو ترک کنن. البته ترک عادت‌ی که مامها و سال‌ها با آدم بوده- منظورم عاداتی بده- راحت نیست، ولی شدنیّه. آدم باید خودش بخواد. خواستن، توانستن است. عادت بد مت‌خاری می‌مونه که رفته تو گوشتم داد. اونو باید بیرون آورد و دور انداخت، والا آدمو اذیت می‌کنه.

آقای معلم مکث کرد. بداهانش را اقررت داد و شروع کرد به قدم‌زدن. او همین‌طور که از این سر کلاس به آن سر کلاس می‌رفت، حرف هم می‌زد... تااین که باز پشت به تخته کرد و گفت: حالا هم محسنی و هم امیدی به ما قول می‌دن که عادت بدشونو بنذازن دور، والا نمرهٔ ثلث اولشون ضره!

وای خدایا، چه گبری کردم! آن‌قدر رفتم توی خودم که متوجه نشدم کی زنگ را زدن.

\*\*\*

تهدید معلم کارساز شد. جوری که مغز را به‌کار گرفتم تا راهی پیدا کنم و پیدا کردم. به‌قول آقای معلم «جوینده، یابنده است!»- خودکاری را می‌گذاشتم وسط لب‌هایم تا هرقوت هوس می‌کردم پوست لبم را بکنم، مانع بشود؛ که کم‌کم شد و نتیجه داد. آری! چیزی نگذشت که وسوسهٔ بد لب‌خوردن پاک از کلامم پرید و لب‌بی‌چاره نجات پیدا کرد.



## ترک عادت‌های بد ربطی به اراده قوی ندارد



• جروم گروپمن

به قدرت اراده‌شان می‌نازند. سحر خیزند، سرشان برود باشگاهشان ترک نمی‌شود، ناخشان را نمی‌چوند و حتی نوشابه نمی‌خورند. در واقع، برای انجام کاری کافی است عزمشان را جزم کنند. حالا خودمانیم، در کل زندگی، چند نفر از این سوپرمن‌ها به چشممان خورده؟ ما آدم‌معمولی‌ها گرفتار عادت‌هایمان هستیم، آن هم عادت‌هایی غالباً مضر که آرزوی ترکشان را انگار باید به آن دنیا ببریم. اما روان‌شناسی به نام وندی می‌گوید ترک عادت‌های بد، آن قدرها هم که می‌گویند ربطی به اراده قوی ندارد. او راهی متفاوت برای حل این معما پیدا کرده است.

چندین سال پیش یک گوشی هوشمند خریدم و خیلی زود عاشقش شدم. این که می‌توانستم ایمیل بفرستم، روی اینترنت دنبال یک فکت بگردم یا چیزی بخرم و مهم نباشد کجا هستم، به معنای دستاورد تصورناپذیری در بازدهی بود. هر بار که ایمیلی دریافت می‌کردم، گوشی دنگ صدا می‌داد و من به هر آنچه که بود می‌رسیدم و به خودم از بابت کارایی غره می‌شدم.

متن‌ها با نوازی گُر از راه می‌رسیدند و به همان ترتیب گسیل می‌شدند. خیلی زود، هر بار این وسیله صدا می‌کرد دستم را برای برداشتن آن دراز می‌کردم، درست مثل سگ پاولوف که با شنیدن صدای زنگوله آب دهانش را می‌افتاد. این امر رفته‌رفته مزاحم کار و گفت‌وگوهایم شد. این ماشین در آغاز به خدمتکاری معجزه‌گر می‌مانست، اما به تدریج من بدم که برده‌اش شدم.

من همیشه به قدرت اراده‌ام غره بوده‌ام. مانند اغلب افرادی که آموزش پزشکی را به اتمام رسانده‌اند - همراه با سحر خیزی‌ها و شیفته‌های طولانی وقتی دوستانشان در حال مهمانی دادن و خوش گذرانی‌اند - سابقه اثبات‌شده‌ای از به تأخیر انداختن رضایت داشتم. مهم نبود. زمانی که سعی کردم گوشی را در حالت بی صدا قرار دهم، نتیجه این شد که آن را حتی بیشتر چک می‌کردم، مبادا چیزی برای رسیدگی وجود داشته باشد. تنها زمانی که موفق به مقاومت می‌شدم طی روزهای تعطیل بود که در آن هیچ ایمیلی نمی‌خوانم.

اما چشم به عقربه‌ها می‌دوختم و ساعت‌ها را می‌شمردم تا لحظه‌ای فرا برسد که بتوانم گوشی را روشن کنم. برای اولین بار می‌توانستم تصور کنم سیگاری و نسّخ یک نخ سیگار بودن چه حالی دارد. چک کردن گوشی هوشمند تبدیل به عادت شده بود که نمی‌توانستم ترک کنم.

عادت‌ها، چه خوب چه بد، مدت‌هاست که فیلسوف‌ها و سیاست‌گذاران را مجذوب خود کرده‌اند. ارسطو در کتاب «اخلاق نیکوماخوسی» اندیشه‌های موجود درباره فضیلت را بررسی کرد و این مختصر را ارائه داد: «برخی متفکران اعتقاد دارند که انسان‌ها به خاطر دانشان خوب می‌شوند، برخی دیگر عادت را مؤثر می‌دانند و دیگری نیز تعلیم را». او نتیجه گرفت که عادت‌ها مسئول آن هستند.

سیسرو، فیلسوف رومی، عادت را «ذات دوم» خواند، عبارتی که ما هنوز استفاده می‌کنیم. و هنگامی که الکساندر همیلتون در مقاله فدرالیست شماره ۲۷، در این باره می‌اندیشید که چگونه شهروندانی بیافریند که از قوانین فدرال جمهوری نوا تبعیت کنند، ضرب‌المثل دیگری را به کار گرفت: «انسان را می‌توان به سادگی مخلوق عادت دانست». اگر قانون فدرال به امور مربوط به ایالت رسوخ کند، گویا بخشی از زندگی روزمره خواهد شد. او نوشت: «این قوانین، هر چه بیشتر در کانال‌ها و جریان‌هایی بچرخند که شور بشری به صورت طبیعی در آن‌ها جاری است، کمتر نیازمند کمک تمهیدات خشونت‌بار و ویرانگر اجبار خواهند بود.»

در زمانه مدرن، عادت‌ها زمینه مهمی برای کاوش علمی شده‌اند. روان‌شناسان، پیدایش رفتار عادت و تأثیر آن بر سلامت و شادی را بررسی کرده‌اند. ویلیام جیمز، سخن ارسطو را بازگو کرد و نوشت: «تمام زندگی ما، تا آن جا که شکل معینی دارد، چیزی جز توده‌ای از عادت‌ها نیست؛ عادت‌های عملی، احساسی و فکری که ما را بی مقاومت به سوی سرنوشتان می‌برند.»

تعداد کمی از ما دوست داریم به خودمان با چنین عبارت‌های منفعلانه‌ای ببندیم. پس قدرت اراده چه؟ بازاریاب‌ها با عبارت‌هایی مانند «فقط انجامش بده» (نایک) و «مسیر خود را آشکار کن» (نیو بلنس)، تملق احساس عاملیت ما را می‌گویند. بخش زیادی از روان‌شناسی عامه نیز باور ما به خویش‌داری را تقویت می‌کنند. در آزمایش مشهور پُف‌نبات دانشگاه استنفورد، کودکان به تنهایی در برابر یک پُف‌نبات نشاندند و بر اساس این که آیا در مقابل بلعیدن آن مقاومت کرده‌اند یا نه، امتیاز گرفتند. تعیین سطح «کارکرد اجرایی» منتج از آن با پیش‌بینی چیزهایی از قبیل عملکرد در آزمون اس.ای.تی، مدت رابطه‌ها و موفقیت حرفه‌ای، ظاهراً برندگان و بازندگان زندگی را از هم متمایز می‌ساخت. اما این چطور ممکن است اگر ما صرفاً مخلوق عادت‌ها باشیم؟

وندی وود، روان‌شناس اجتماعی، در کتاب «عادت‌های خوب، عادت‌های بد» هم جبرگرایی و هم اندرزهای لفاظانه جیمز را از منظر کنش‌گری رد می‌کند و در جستجوی این برمی‌آید که به خواننده عام ایده‌هایی واقع‌گرایانه‌تر برای ترک عادت‌های بد بدهد. او با استفاده دانش به‌دست‌آمده از کارش در این حوزه، وظیفه پایدار کردن رفتار مثبت و سرکوب رفتار منفی را شامل اثر متقابل تصمیم‌ها و عوامل ناخودآگاه می‌بیند.

راه‌انداختن ماشین، نگاه کردن به آینه‌ها و نقاط کور و فشردن پدال گاز فکر کنیم. تمام این گام‌ها در واحد منفردی در حافظه دسته‌بندی شده‌اند و با سرنخ محیطی نشستن درون ماشین برانگیخته می‌شوند. این ما را آزاد می‌گذارد تا بر آن چه بیش از همه توجه فعال می‌طلبید تمرکز کنیم. می‌توانیم درباره اینکه کجا می‌رویم یا وظایف روزانه فکر کنیم و حواسمان را برای اتفاقات نامعمول جاده جمع کنیم.

تمرکز پژوهش وود در اصل نه بر عادت‌ها بلکه بر مداومت بود. برای «رفتارهای گاه‌به‌گاهی که تنها یک‌بار اتفاق می‌افتند»، مانند دریافت واکسن آنفلوآنزا، تنها به تصمیم‌های آگاهانه نیاز است. اما برای رفتارهایی که شامل تکرار می‌شوند، عادت‌ها حیاتی‌اند. ویلیام جیمز تخمین زد که «۹۹٪ یا شاید ۹۹۹٪ فعالیت‌های ما کاملاً خودکار و عادت‌ی‌اند». این یک حدس بود؛ اما وود، مطالعه‌ای ابداع کرد تا کمیت این را که افراد چقدر از روی عادت عمل می‌کنند اندازه بگیرد. او با استفاده از فن پژوهشی نمونه‌برداری از تجربه، شرکت‌کننده‌ها را واداشت تا به مدت دو روز آن چه انجام می‌دادند را در لحظه انجام ثبت کنند. نتایج در میان گروه‌های مورد مطالعه متفاوت بود، اما یافته اساسی این بود که رفتار ما ۴۳ درصد مواقع عادت‌ی است.



جلد شماره ۱۳۰۳ مجله نیویورک - تصویرگران: لاک‌کوز

این توضیح می‌دهد که چرا دانش آگاهانه به‌خودی‌خود برای تغییر رفتار کافی نیست و چرا ابتکار عمل‌های سلامت همگانی که به مردم درباره انتخاب‌های سالم آموزش می‌دهند، اغلب شکست می‌خورند. در سال ۱۹۹۱ مؤسسه ملی سرطان مشخص کرد که تنها هشت درصد از آمریکایی‌ها از توصیه به خوردن روزانه دست‌کم پنج وعده میوه و سبزیجات آگاه بودند. یک کارزار ملی به راه افتاد: پنج بار در روز برای سلامت بیشتر. شش سال بعد، ۳۹ درصد آمریکایی‌ها درباره پنج وعده در روز می‌دانستند، افزایشی تقریباً پنج برابری، اما رژیم‌های غذایی واقعی به‌ندرت تغییر کرده بودند. در سال ۲۰۰۷ مسئولان دولتی دوباره تلاش کردند تا برنامه‌ای راه بیندازند با نام میوه و سبزی: مهم بیشتر خوردن آن‌هاست. حتی با وجود آن، تا سال ۲۰۱۸ فقط ۱۲ درصد آمریکایی‌ها دو وعده میوه روزانه توصیه‌شده و تنها ۹ درصد سه وعده سبزیجات را می‌خوردند. صرف اطلاع‌دادن به ما درباره آن چه برایمان خوب است کارایی ندارد، زیرا بخش زیادی از آن چه می‌خوریم، می‌پزیم و می‌خریم تحت کنترل عادت است.

در آزمایش پُف‌نبات والتر میشل، تنها یک‌چهارم از ماشین‌شوندگان توانستند به مدت پانزده دقیقه در برابر خوردن پُف‌نبات مقاومت کنند. دلالت این آن است که اکثریت بزرگی از ما فاقد خویش‌داری لازم برای موفقیت در زندگی هستیم. اما قسمت دیگری از این آزمایش هست که کمتر درباره آن بحث شده و ما را به‌سوی دوزدن سستی‌مان رهنمون می‌شود.

وود توضیح می‌دهد که ذهن ما «چندین سازوکار مجزا اما به هم پیوسته دارد که رفتار ما را هدایت می‌کنند». اما ما تنها از توانایی تصمیم‌گیرمان خبر داریم - پدیده‌ای که به «توهم درون‌بینی» مشهور است - و ممکن است به همین علت باشد که قدرت آن را بیش از اندازه برآورد می‌کنیم. به نوشته وود، کارکردهای اجرایی که قدرت اراده را ممکن می‌سازند به ما «درکی از عاملیتی می‌دهند که آن را به‌منزله من می‌شناسیم». اما این برای تلاش‌های ما مضر است. ما برای این که زندگی کنیم، نیاز داریم که برخی از رفتارها را خودکار کنیم.

تصوربرداری‌های ام.آر.آی کارکردی به پژوهشگران گوشه‌ای از شبکه‌های عصبی را نشان داده‌اند که به‌هنگام انجام وظایف تکراری و آموختنی و آگاهانه فعال‌اند. تصویری مغزی از کسی که دارد وظیفه‌ای را یاد می‌گیرد، فعالیت در قشر پیش‌پیشانی و بخش «آسبک» (مسئول حافظه نزدیک در مغز) را نشان داده است، شبکه‌هایی که به تصمیم‌گیری و کنترل اجرایی مربوطند. با تکرار یک وظیفه، فعالیت مغزی به مناطقی از پوسته و عقده‌های قاعده‌ای منتقل و به اعماق آنچه به گفته وود «سازواره بدوی ذهن‌های ما» است، منتقل می‌شود. آن‌جا وظیفه به عادت تبدیل می‌شود.

این مناطق بدوی‌تر مغز، انرژی روانی کمتری از ما می‌طلبند. توالی‌های کامل افعال آن‌جا به هم متصل می‌شوند و به این فرآیند «دسته‌بندی» می‌گویند. زمانی که سوار ماشین می‌شویم و می‌رانیم، لازم نیست به افعال جداگانه بستن کمربند ایمنی، روشن کردن موتور،





چنین دوایری از سرنخ و پاداش نیرومندند: اگر دندان‌هایمان را مسواک نمی‌زدیم، احساس می‌کردیم چیزی سر جایش نیست. دو دهه پس از این که هاپکینز کارزارش را به راه انداخت، استفاده از خمیر دندان برای بخش قابل توجهی از جمعیت آمریکا عادی شد. به قول داهیگ، هاپکینز «اشتیاقی آفریده بود».

آن‌جا که وود بر کنترل موقعیتی به‌منزلهٔ راهی برای آسان کردن عادت‌های خوب تأکید می‌کند، داهیگ دربارهٔ زنی می‌نویسد که ناخن‌هایش را می‌چود و به او توصیه می‌شود تا دنبال کارهای دیگری بگردد که با دستانش انجام دهد؛ کارهایی مثل کوبیدن بند انگشتانش روی میز که موجب محرک جسمانی قابل مقایسه‌ای با آن باشد. ایدهٔ آن این است که ساختار سرنخ و پاداش را دست‌نخورده باقی بگذارد اما محتوای روتین را تغییری جزئی دهد. هر چند برای هر دو نویسنده کلید نه در ترک عادت از طریق قدرت اراده، بلکه در جایگزین کردن یک عادت با عادت دیگر نهفته است.

هر دو نیز بر نقش تلاش آگاهانه نه در مقاومت در برابر عادت، بلکه در تحلیل آن برای صورت‌بندی هر چه بهتر راهبردی برای اصلاح عادت تأکید می‌کنند. داهیگ شرح می‌دهد که چگونه پس از آن که اضافه‌وزن پیدا کرد، عادت کلوچه‌خوردن در کافه‌تریای تایمز را از سر به در کرد. نوشتن دستور «کلوچه ممنوع» روی کاغذ چسبان برنامه‌ای شکست‌خورده بود: او به آن بی‌اعتنایی می‌کرد، پرسه‌زنان به کافه‌تریای می‌رفت، با همکاران جلوی صندوق گپ می‌زد و کلوچه‌اش را می‌خورد و می‌خورد. بنابراین تصمیم گرفت محرک این عادت را شناسایی کند و برای این کار پنج دسته‌بندی پیشنهادی پژوهش‌گران را اتخاذ کرد: زمان، مکان، وضعیت روحی، سایر افراد و فعلی که بلافاصله پیش از فعل عادت انجام گرفته است.

گر سنه بود یا ملول، نیاز به استراحت داشت یا بالا بردن قند خون؟ او برنامهٔ روزمرهٔ خود را عوض کرد؛ به‌جای سرزدن به کافه‌تریای پشت میزش دونات می‌خورد یا برای پیاده‌روی کوتاهی بیرون می‌رفت. او در حال آزمودن فرضیه‌ها بود: اگر خوردن دونات پشت میز اشتیاقش به رفتن به کافه‌تریای فروغی‌نشانند، می‌توانست عامل قند را حذف کند. از طریق فرآیند حذف کردن، معلوم کرد که عادتش واقعا از نیاز به تعامل و حواس‌پرتی نشأت گرفته است. معلوم شد که بهترین جایگزین برای کلوچه، رفتن سر میز یکی از دوستان و گپ‌زدن با اوست.

وود کتابش را با اندرزی برای آن دسته‌از ما که گروگان گوشه‌های هوشمندمان شده‌ایم به پایان می‌رساند. او راهبردی گام‌به‌گام ارائه می‌دهد. نخست، وابستگی‌تان را تشخیص دهید و تصدیق کنید که چگونه این عادت، کار، تعاملات اجتماعی و رانندگی ایمن را مختل می‌کند.

در گام بعدی، «سرنخ‌های زمینه‌ای را کنترل کنید»، یعنی محرک‌تان را در گوشه‌دست‌گرفتن شناسایی کنید. برای من این سرنخ‌ها سمعی (صدای دنگ) و بصری‌اند (پاپ‌آپ‌های روی نمایشگر). من از قبل می‌دانستم که قراردادن گوشی در حالت بی‌صدا برای ترک این عادت کافی نیست، اما درست مثل آزمایش پف‌نیات، آن چه دور از چشم است می‌تواند از ذهن نیز بیرون رود. صبح‌ها به‌وقت آماده‌سازی صبحانه، متوجه شدم که جا گذاشتن گوشی در اتاقی دیگر می‌تواند کمک کند. در ماشین، آن را توی داشبورد گذاشتم. زمان قدم‌زدن، آن را در یک جیب زیپ‌دار گذاشتم. راه‌های دیگری نیز برای تولید اصطکاک و سخت‌تر کردن چشم‌پوشی از این عادت وجود داشتند. خاموش کردن گوشی به‌طور کلی بسیار مؤثرتر از بی‌صدا کردن آن بود، نه به این دلیل که کنج‌کاو نبودم بدانم چه کسی ممکن است برایم ایمیل فرستاده باشد، بلکه به این دلیل که دوباره روشن کردن آن در درسر بود.

وود به ما توصیه می‌کند تا پاداش‌های جدیدی به‌عنوان جایگزین امکانات گوشی پیدا کنیم. من از طریق رادیوی ماشین به موسیقی گوش دادم، به‌جای اسکرول کردن توییت‌ها و ایمیل‌ها، به‌دنبال نویسنده‌گانی گشتم که هرگز چیزی از آن‌ها نخوانده بودم. در پایان هر روز، احساس آرامش بیشتری داشتم و آزاد بودم.

۱. پاولوف، دانشمند روسی، پیش از غذا دادن به سگ‌ها زنگوله‌ای را به صدا درمی‌آورد و از این آزمایش برای شرطی‌سازی آن‌ها استفاده می‌کرد.

\* این مطلب را جروم گروپمن، یکی از نویسندگان مجله نیویورکر که بیشتر دربارهٔ پزشکی و زیست‌شناسی می‌نویسد، نوشته و وب‌سایت ترجمان آن را با ترجمهٔ علی امیری منتشر کرده است.

گرایش شرکت‌ها به عمل کردن به‌مثابهٔ توانمندساز ما به‌نحو گسترده‌ای در کتاب پرفروش چارلز داهیگ، «قدرت عادت» (سال ۲۰۱۲) بررسی شده است. داهیگ نیز که همچون وود هنگام نوشتن کتاب گزارشگر تایمز بود، به شیوه‌هایی اشاره دارد که صنعت فست‌فود محرک‌هایی را طراحی می‌کند تا ما را به مصرف بیشتر مجبور سازد.

مک‌دونالد برای برانگیختن روزمره‌های غذایی عادت‌ی ظاهر رستوران‌هایش را همسان‌سازی می‌کند. غذاهای بسیاری از رستوران‌های زنجیره‌ای به‌طور خاص مهندسی شده‌اند تا رگبارهایی از نمک و چربی را به ما برسانند که فوراً مرکز پاداش در مغزمان را روشن می‌کند.

داهیگ، طی بررسی تلاش‌های شرکتی برای سرمایه‌سازی از خلق عادت، کار یکی از مرشدان تبلیغاتی اوایل قرن بیستم به نام کلاود سی. هاپکینز را وصف می‌کند که می‌گوید کارزارش برای خمیر دندان پِپسودنت، مسواک‌زدن را در میان آمریکایی‌ها بدل به عادت کرده است.

زمانی که پِپسودنت برای اولین بار در سال ۱۹۱۵ از راه رسید، معدود افرادی زحمت مسواک‌زدن به خود می‌دادند و یکی از محققان برجستهٔ دندان پزشکی دوران اعلام کرده بود که همهٔ خمیر دندان‌ها بی‌مصرفند. هاپکینز تمرکز پیام بازاریابی‌اش را معطوف کرد به پرده‌نازک پلاک که دندان‌های ما را می‌پوشاند؛ در سال ۱۹۱۷، تبلیغات روزنامه‌ای او آن را «دلیل اصلی تمام دردهای دندان» عنوان کرد.

PROVE IT TO YOURSELF!  
HERE'S ALL YOU DO—  
A. Brush your teeth thoroughly with Pepsodent toothpaste.  
B. Then do the same thing with the toothpaste you now use.  
Compare the taste, breath, and appearance of your teeth.  
Pepsodent makes the difference!

Make **YOUR OWN** test of Pepsodent with Oral Detergent!

**CLEAN MOUTH TASTE FOR HOURS**

is your own proof . . . proof you can feel and taste that with ORAL DETERGENT in Pepsodent, your mouth stays coolest . . . breath freshest . . . teeth cleanest of any tooth paste!

ONLY PEPSODENT CONTAINS TRIMOL  
See and Hear Arthur Godfrey's "See How It's Done" Show, 8:00 A.M. to 8:30 P.M. P.M. P.M.

درواقع، پلاک را می‌توان موقتاً با خوردن یک سیب زدود و خمیر دندان‌های آن زمان‌دره‌ای بیشتر از مسواک‌زدن خالی پلاک را نمی‌زدودند. با وجود این، هاپکینز شروع به بزرگ‌نمایی خطرات پلاک کرد و به عموم گفت که پِپسودنت تنها راه خلاصی از آن است. تبلیغ دیگری می‌گفت «کافی است زبانتان را روی دندان‌ها بکشید. پردهٔ نازکی را احساس خواهید کرد. این همان چیزی است که باعث می‌شود دندان‌هایتان بد رنگ به نظر برسد و مقدمهٔ پوسیدگی باشد». طی تنها چند سال، پِپسودنت تبدیل به یکی از شناخته‌شده‌ترین محصولات جهان شد.

داهیگ نیز همچون وود، روتین‌های عادت‌ی را برانگیختهٔ سرنخ‌ها و پاداش‌ها می‌داند. پِپسودنت تنها نشان تجاری نبود که ادعای زدودن پردهٔ نازک روی دندان را داشت، اما اجزایی که استفاده کرد تا مزه‌ای تازه را تضمین کند، از قبیل اسیدسیتریک و روغن نعنا، از قضا مواد التهاب‌آور خفیفی‌اند که به‌شکلی خوشایند دهان را مرمور می‌کنند. اگر هاپکینز با خبردار کردن مصرف‌کنندگان از پردهٔ نازک روی دندان‌هایشان سرنخی ساخته بود، خود خمیر دندان پاداشی جسمانی برای آن فراهم می‌کرد.

پژوهشگران نتایج دو موقعیت را با هم مقایسه کردند: در یکی از آن‌ها کودکان می‌توانستند پف‌نیات را پیش‌روی خود ببینند، در دیگری می‌دانستند که آن جاست ولی نمی‌توانستند آن را ببینند. به‌طور میانگین، کودکان زمانی که در مقابل وسوسه‌ای مرئی قرار می‌گرفتند تنها شش دقیقه دوام می‌آوردند، حال آن‌که وقتی خوراکی پنهان بود، موفق می‌شدند ده دقیقه دوام بیاورند. به نظر وود، این نتیجه نشان می‌دهد که خوشتن داری «نه یک استعداد ذاتی بلکه در عوض بازتابی است از موقعیتی که در آن قرار گرفته‌ایم». چند دست‌کاری معدود در محیط‌مان ممکن است ما را قادر سازد تا بتوانیم با آن‌هایی که به نظر منضبط‌تر می‌رسند رقابت کنیم.

مطالعه‌ای دربارهٔ خوشتن داری در میان دانشجویان این فرضیه را تقویت می‌کند. به دانشجویان گفته شده بود هر بار که می‌گویند «ای وای، نباید این کار را بکنم» را گزارش دهند؛ مثلاً وقتی که تا دیر وقت بیدار می‌مانند، تا لنگ ظهر می‌خوابند، پر خوری یا اهمال‌کاری می‌کنند. آن‌ها نه آن زمان که تصمیم گرفتند بهتر باشند یا دل به وسوسه‌ها نسپارند، بلکه زمانی که اتخاذ رفتارهای سودمند موفق‌تر بودند که محیط‌شان را عوض کردند. به‌جای درس خواندن روی کاناپه‌ای در خوابگاه در چند قدمی تلویزیون به کتابخانه رفتند. زمانی که غذاهای ناسالم را از یخچال‌های خوابگاه حذف کردند، بهتر غذا خوردند. وود می‌نویسد: «خوشتن داری موفقیت‌آمیز ماهیتاً از پوشاندن پف‌نیات نشأت گرفت».

حتی افرادی که از پرسش‌نامه‌های خوشتن داری نمره‌های بالایی می‌گیرند ممکن است فضیلت آشکارشان را مدیون عوامل موقعیتی و نه شکیبایی صرف باشند. یافتهٔ مطالعه‌ای دربارهٔ چنین افرادی در آلمان این بود که آن‌ها به‌نحو چشمگیری به‌ندرت مقاومت در برابر وسوسه را گزارش کرده‌اند. به‌نوشتهٔ وود، «آن‌ها به‌طریقی همهٔ زندگی‌شان را می‌زیستند که تقریباً در همهٔ مواقع پف‌نیات را می‌پوشاند».

این مشاهده راه به جان کلام نظریهٔ او در کتابش می‌دهد: راه ترک عادت‌های بد نه در عزم جزم بلکه در ساخت دوبارهٔ محیط‌مان به‌طرقی است که رفتارهای خوب را پایدار می‌کند. وود به کرت لوین، روان‌شناس آمریکایی آلمانی‌تبار، ارجاع می‌دهد که استدلال می‌کند رفتار متأثر است از «دسته‌ای از نیروها»، قابل قیاس با نیروی گرانش یا دینامیک سیالاتی که باعث می‌شود یک رودخانه تندتر یا کندتر جاری باشد. کار کرد این نیروها وابسته است به این که کجا هستید، چه کسی دوروبر شماست، چه وقت از روز است و افعال اخیرتان چه بوده است. به‌نحوی متناقض، ما نه از خلال قدرت اراده، بلکه از طریق یافتن راه‌هایی برای بیرون گذاشتن اراده از معادله به کنترل موقعیتی دست می‌یابیم.

به اعتقاد وود، نیروی اصلی برای حذف عادت‌های بد، «اصطکاک» است: اگر بتوانیم عادت‌های بد را بیش از پیش اسباب زحمت کنیم، آن‌گاه اینرسی می‌تواند ما را به‌سوی فضیلت ببرد بدون این که نیاز باشد تا قوی باشیم. او به شیوه‌هایی ارجاع می‌دهد که با توسل به آن‌ها، افزایش اصطکاک مسبب کاهش مصرف سیگار شده است: قانون‌هایی که سیگار کشیدن را در رستوران‌ها، کافه‌ها، هواپیما و قطار ممنوع می‌کند؛ مالیات‌هایی که وضع آن‌ها در ایالات متحده طی ۲۰ سال گذشته به افزایش سه‌برابری قیمت سیگار کمک کرده است؛ پاک‌سازی ماشین‌های خرید خودکار از سیگار و پاک‌سازی رادیو و تلویزیون از تبلیغات تنباکو.

با این حال در همین حین، تجارت‌های پیرامون ما تلاش می‌کنند تا اصطکاک را کاهش دهند. صندوق داری که در مک‌دونالد سفارش می‌گیرد، براساس متنی که در اختیارش گذاشته‌اند باید بپرسد «آیا همراه با آن سیب‌زمینی سرخ کرده هم میل دارید؟» همین سؤال ساده ما را ترغیب می‌کند تا چربی و کربوهیدرات‌های بیشتری بخوریم. تماشای بی‌وقفهٔ سریال‌ها روی نت‌فلیکس یا هولو از این طریق تسهیل می‌شود که اپیزود بعدی به‌صورت خودکار هنگامی شروع می‌شود که تیتراژ پیاپی اپیزود قبلی هنوز در حال پخش است.

وود با ام. کیت چن، یکی از رؤسای سابق پژوهش‌های اقتصادی اوپر، به گفت‌وگو نشسته است و چن توضیح می‌دهد که این برنامه طراحی شده تا اصطکاک را به حداقل برساند. او می‌گوید «جی.بی.اس. گوشیتان می‌داند شما کجا هستید. حتی لازم نیست به آن فکر کنید... بدون دست‌زدن به پول نقد از آن خارج می‌شوید».



## امروز در تاریخ

## آغاز جنگ‌های ایران و روم

جنگ‌های ۱۳ ساله ایران و روم در دوران حکومت شاپور دوم از دودمان ساسانیان، ۲۲ سپتامبر سال ۳۳۷ میلادی آغاز شد که در «تاریخ عمومی» به جنگ‌های دور اول معروفند. جنگ‌های دور دوم از سال ۳۵۹ آغاز شدند. در هر دو دور، ایرانیان پیروز شدند. در دور اول، که جنگ تا سال ۳۵۰ طول کشید، رومیان هر چهار بار در شرق مدیترانه به‌دست آورده بودند دست درازیه در دور دوم، امپراتور شاپان به‌کشته شد.

آغاز حملہ نظامی عراق بہ ایران و شروع جنگ تحمیلی

حمله نظامی عراق به ایران که از روزهای قبل از آن پیش‌بینی شده بود، ۳۱ شهریور ۱۳۵۹ (۲۲ سپتامبر ۱۹۸۰) آغاز شد که پیامدش یک جنگ هشت ساله بود و برخلاف تصور قبلی غرب، ایران در این جنگ پرتلفات و پرهزینه حتی یک وجب از خاک خود را از دست نداد.

پرویز یاحقی، آهنگساز نامدار

پرویز یاحقی، آهنگساز نامدار ایران، ۳۱ شهریور ۱۳۱۴ به دنیا آمد. یاحقی ده‌ها سال آهنگ ساخت و از ویولنیست‌های بزرگ جهان به‌شمار می‌رفت در عین حال روزگاری یک روزنامه‌نگار ماهر و زبردست بود و زمانی عنوان بهترین خبرنگار پارلمانی ایران را به‌دست آورده بود. یاحقی ۱۳ بهمن ۱۳۸۵ در ۷۱ سالگی درگذشت.

## درگذشت سلطان سلیم

۲۲ سپتامبر ۱۵۲۰ میلادی، سلطان سلیم اول، سلطان عثمانی که در نبرد چالدران بر شاه اسماعیل صفوی پیروز شده بود در ۵۳ سالگی درگذشت.

## تأسیس یستخانه یا شعار داریوش بزرگ

۲۲ سپتامبر ۱۷۸۹، دستگاه قانونگذاری آمریکا، قانون تأسیس پستخانه دولتی را در این کشور تصویب کرد. بر سر در ساختمان مرکزی پستخانه، شعار پستخانه ایران در زمان داریوش بزرگ به نقل از تاریخ هردوت نقش بسته است که «برف و باران و توفان مانع حرکت جایارها نخواهد بود».

## آغاز جنگ سه ساله میان ۲ کره

۲۲ سپتامبر ۱۹۴۸، جمهوری دمکراتیک خلق کره (کره شمالی) که ۱۳ روز پیش از آن اعلام استقلال کرده بود، خود را حاکم همه شبه جزیره کره خواند و جمهوری کره (کره جنوبی) نیز که در شهر سئول اعلام رسمیت کرده بود به همین ترتیب اعلام کرد که حاکم بر همه کره است و دو دولت به این ترتیب تقسیم این شبه جزیره را رد کردند که نتیجه اش یک جنگ سه ساله بود که مسأله ای را حل نکرد.

[www.iranianshistoryonthisday.com](http://www.iranianshistoryonthisday.com)

## قاب امروز



عشایر دامنه‌های شمالی و جنوبی الوند در استان همدان / عکس از: رضا زنگنه - میزان

## سرایه

نه چندان آرزومندم که وصفش در بیان آید  
و گر صد نامه بنویسم حکایت پیش از آن آید  
مرا تو جان شیرینی به تلخی رفته از اعضا  
الا ای جان به تن باز آ و گر نه تن به جان آید  
ملاحت‌ها که بر من رفت و سختی‌ها که پیش آمد  
گر از هر نوبتی فصلی بگویم داستان آید  
چه سود آب فرات آن که که جان تشنه بیرون شد  
چو مجنون بر کنار افتاد لیلی با میان آید  
من ای گل دوست می‌دارم تو را کز بوی مشکینت  
چنان مستم که گوید، بوی یار مهر بیان آید

نسیم صبح را گفتم تو با او جانی داری  
کز آن جانب که او باشد صبا عنبرفشان آید  
خطا گفتم به نادانی که جوری می کند عدرا  
نمی باید که واقع را شکایت بر زبان آید  
قلم خاصیتی دارد که سر تا سینه بشکافی  
دگر بارش بفرمایی به فرق سر دوان آید  
گرت خونا به گردد دل ز دست دوستان سعدی  
نه شرط دوستی باشد که از دل بر دهان آید  
سعدی

جدول شرح در متن ۵۳۵۰

غلامحسین باغبان

ملتمزم رکاب	انری از جلال	نزه ای با بار	پ	زبانہ آتش	حل
آل احمد	میت	وی	ت	پ	جدول
ی	ک	ج	ک	ک	۵۳۴۹
ز فروع دین	ع	ل	ل	ل	ک
جوی خون	ف	ا	ا	ا	ک
نیر پیگاندار	ص	د	د	د	ک
پدر آذری	خ	ج	ج	ج	ک
خصصات	ص	ع	ع	ع	ک
خویدار	ا	ف	ف	ف	ک
تصویر	د	ر	ر	ر	ک
پرنده خراغان	د	ی	ی	ی	ک
جدا و منفک	ک	م	م	م	ک
کم کردن	ک	م	م	م	ک
بیشرو اعداد	ک	م	م	م	ک
قریبه	ک	م	م	م	ک
واحد بدهیبتون	ک	م	م	م	ک
پوشی	ک	م	م	م	ک
م حشره کش	ک	م	م	م	ک
عقب رفتن	ک	م	م	م	ک
ک	ک	ک	ک	ک	ک
لطف	ک	ک	ک	ک	ک
پیر	ک	ک	ک	ک	ک
فرمانده سپاه	ک	ک	ک	ک	ک

**سودو کو**

۲۸۳۷

	۲	۶	۸				۱	
					۶			۴
۸				۱		۹		
				۷		۵		
		۳				۴		
		۱	۲	۳				
		۹		۴				۳
۲			۷					
	۴				۳	۲	۶	

৫	৭	১	৮	২	৯	৬	৩	৪
৬	৩	২	৫	৭	১	৮	২	৯
৮	২	৯	৬	৩	২	৫	৭	১
১	৫	৭	৯	২	৮	২	৬	৩
২	৮	৬	১	৫	৩	৯	২	৭
৯	২	৩	৭	৬	২	১	৫	৮
৩	১	৫	২	৯	৭	২	৮	৬
৭	৬	৮	২	১	৫	৩	৯	২
২	৯	২	৩	৮	৬	৭	১	৫

حل ۲۸۳۶

چهل سال پیش در همین روز

تمامی مطالب از روزنامه اطلاعات روز دوشنبه ۳۱ شهریورماه ۱۳۵۹  
(برابر با ۱۲ ذیقعدہ ۲۲۰۱۴۰۰ سپتامبر ۱۹۸۰) نقل شده است.

## جلسه فوق العاده امنیت ملی با حضور رئیس جمہوری

## ونخست وزیر

جلسه فوق العاده کمیسیون امنیت ملی با حضور دکتر ابوالحسن بنی صدر رئیس جمهوری و فرمانده کل نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران و آقای محمد علی رجائی نخست وزیر، عصر روز شنبه در محل ستاد مشترک ارتش جمهوری اسلامی ایران تشکیل شد.

در این جلسه که سر تیپ فلاحی جانشین رئیس ستاد مشترک ارتش جمهوری اسلامی ایران، سر تیپ ظهیر نژاد فرمانده نیروی زمینی، سر هنگ فکوری وزیر دفاع و فرمانده نیروی هوایی، رضائی فرمانده سپاه پاسداران و حجت الاسلام مجد سرپرست بسیج مستضعفین نیز حضور داشتند، مسائل و مشکلات امنیتی غرب کشور و نحوه عمل نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران در رویارویی با نیروهای مزدور بعث عراق بررسی و مورد تبادل نظر قرار گرفت و تصمیمات لازم اتخاذ شد.

زمان بازگشایی دانشگاه‌ها زیاد طول نخواهد کشید

شیراز - دکتر محمد جواد باهنر عضو شورای انقلاب فرهنگی و نماینده مردم تهران در مجلس شورای اسلامی به هنگام ترک شیراز، در یک مصاحبه مطبوعاتی گفت: زمان بازگشایی دانشگاه‌ها هنوز قطعی نشده است، اما زیاد طول نخواهد کشید، ما عجله داریم که با سرعت بتوانیم برنامه بعضی از دانشگاه‌ها را تنظیم کنیم و آنها را بگشاییم. در زمینه کتب دانشجویان در حال حاضر گروهی مشغول تحقیق و بررسی هستند تا موارد درسی در رشته‌های بدآموز را از برنامه دانشگاه حذف کنند.

خانه‌های ارتش جمهوری اسلامی ایران

**پاسگاه «خین» و انبار مهمات عراق را در هم گویید**  
دیروز ستاد مشترک ارتش جمهوری اسلامی ایران در اطلاعیه شماره ۸ خود، نکات تازه‌ای از نبرد سه شبانه‌روز گذشته نیروهای پاسدار انقلاب ایران و مزدوران رژیم بعث عراق را افشا کرد.

بخشی از متن اطلاعاتی بشرح زیر است:  
در اطلاعاتی شماره ۸ ستاد مشترک ارتش  
جمهوری اسلام، این ان همچنین آمده است:

در ساعت ۱۷ روز ۵۹/۶۲۹ یک فروند ناوچه عراقی در محل تلاقی «اروند رود» و «نهر خین» به وسیله آتش نارنجک انداز آر. پی. جی - هفت ارتش جمهوری اسلامی ایران هدف قرار میگردد که ناوچه عراقی بکلی منهدم و غرق می گردد. در حال حاضر نبرد سنگینی در طول کانال «اروند رود» از دهانه تا آخر خرمشهر و همچنین در مرزهای خشکی استان خوزستان با توپخانه و تانک و موشک و انواع جنگ افزارهای سنگین ادامه دارد. دامنه این تیراندازی ها به ترمینال خرمشهر و رودگاه آبادان نیز کشیده شده است. تمام ساحل عراق در طول کانال اروندر رود زیر آتش سنگین توپخانه و جنگ افزارهای دریایی مسلح ارتش جمهوری اسلامی ایران قرار دارد. تلفات ضایعات طرفین، متعاقبا باستحضار ملت مبارز ایران می رسد.

**آمادگی عشایر چهارمحال و بختیاری و فارس برای  
سرکوبی دشمنان انقلاب اسلامی**

شهر کرد - روابط عمومی سپاه پاسداران شهر کرد، با انتشار اطلاعیه‌ای اعلام کرد: گروه‌های مختلفی از عشایر چهار محال و بختیاری به سپاه پاسداران شهر کرد مراجعه کرده و ضمن پشتیبانی از امام امت خمینی به تشکین، خواستار اعزام به غرب کشور برای مبارزه و نابودی ضد انقلاب و اشترار عوامل مزدور بعث عراق و امپریالیسم آمریکاشدند. به گزارش خبرنگار گزاری پارس، همچنین از سوی طایفه گهواره حیدری و عشایر قشقایی ایل گل‌زن، طی طومارهای جداگانه‌ای به سپاه پاسداران جهرم ضمن پشتیبانی از جمهوری اسلامی و سپاه پاسداران انقلاب اسلامی به رهبری زعيم عايق‌قدر امام خمينی، اعلام کردند آماده هرگونه جان‌بازي در راه اسلام برای سرکوب دشمنان هستند.

**پیام حزب دعوت اسلامی بہ ارتش ان عراق**

حزب دعوت اسلامی عراق در پیامی از نظامیان این کشور خواست دستورات جیره خواران «صدام» را در قتل برادران و خواهران خود اطاعت نکند و فرماندهان گمراه و کینه توز را با آگاهی به خبث طینت و مقاصد بلندشان بکشد.